



# IN MEMORIAM STANISLOVUI STONKUI

(1931 12 29–2012 02 19)

*Profesoriaus habilituoto daktaro Stanislovo Stonkaus asmenybė – viena iškiliausių mūsų šalies sporto istorijoje. Jo sėkminga sportinė karjera, ilgą ir brandi sporto, ypač krepšinio, specialisto ir organizatoriaus, aka-*

*deminė ir mokslinė veikla prisidėjo prie Lietuvos vardo garsinimo pasaulyje. Stanislovo Stonkaus gyvenimas, jo darbai dar ilgai galės būti Lietuvos jaunimui ir būsimoms kartoms dorovingumo ir inteligencijos pavyzdžiu. Jo patriotizmas, patirtis, kompetencija, dorovinės vertybės, valios ir minties darni plėtotė siejasi su kūrybos, laisvės ir tiesos ieškojimų dvasia, praeities ir dabarties vienviene.*

*Prisimindamas Melburno olimpinė žaidynių krepšinio varžybose laimėtą sidabro medalį S. Stonkus samprotavo: „Mes buvome jauni, tryškome entuziazmu, turėdami vienintelį gražų tikslą: garbingai, sąžiningai išmėginti jėgas su varžovais, deramai atstovauti sporto varžybose. Mūsų įdėtas triūsas, gebėjimai, talentas, trenerių įdėtos pastangos buvo viskas. Tai lėmė sportinį rezultatą. Būti olimpiečiu yra kažkas svarbesnio, brangesnio, patvaresnio, reikalingesnio žmogui. Tai pagarba ir nuoširdumas, tai gerumas būnant žmogui žmogui. Tai niekam neprilygstantis kilnumo pojūtis, kuris teigiamai veikia tautos kūną ir dvasią, ugdo jos charakterį, sutelkdavo tautą“.*

*Stanislovas Stonkus gimė 1931 m. Telšiuose, ten ir išmoko žaisti krepšini. Telšių mokykla, jos patriotinė atmosfera turėjo didelę reikšmę jo pažinimui, šitikinimui ir charakterio formavimuisi. Sportiniai laimėjimai rodo ne tik Stanislovo talentą, bet ir sunkų, varginantį darbą. Kaip talentingas sportininkas S. Stonkus daugelį metų garsino Lietuvos vardą sporto arenose: jis ne tik daugkartinis Lietuvos, SSRS ir Europos krepšinio čempionas bei prizinininkas, bet ir XVI olimpiados žaidynių, vykusių 1956 m. Melburne, sidabro medalio laimėtojas. 1957 m. Lietuvos krepšinininkas Stanislovas Stonkus buvo įtrauktas į simbolinį pajėgiausių Europos žaidėjų penketuką. Tai dar kartą įtikinamai įrodo, kad olimpizmas – gyvenimo filosofija ir gyvenimo būdas ne išrinktiesiems, o visiems, ne trumpam laikotarpiui, o visam gyvenimui. Tą patvirtinant vėliau išleisti labai svarbūs olimpinio sporto vadovėliai: „Olimpinis sportas. Olimpjos ir olimpinės žaidynės“ (2000 m.), „Olimpija“ (2002 m.). Tai fundamentali darbai Lietuvai. Šiose knygose įtvirtinta, kad olimpizmas – vienintelė bendra visų pasaulio tautų gyvenimo filosofija, aukštinti ir į darnią visumą jungianti kūno, valios ir proto savybės. Siekiant olimpinio ir mokslo aukštumų svarbiausia – visapusiškas asmenybės tobulėjimas, proto, jausmų, fizinės galios ir valios harmonija. Profesoriaus įdiegta olimpizmo ugnis dega kiekvieno studento širdyje. Ši olimpizmo estafetė turi būti perduota ateinančioms studentų kartoms.*

*Kitos Stanislovo Stonkaus knygos akivaizdžiai demonstruoja didžiulį autoriaus interesų plotį, idėjų ir užmojų aukštį, laimėjimų dydį ir prasmę: „Krepšinis ir krepšinininkai“ (su V. Kazakevičiumi, 1966 m.), „Treniruokimės savarankiškai“ (1967 m., lietuvių, rusų, serbų k.), „Lietuvos krepšinis“ (su kt., 1977 m.), „Žaidžiame krepšini“ (1976, 1982 ir 1997 m. lietuvių k., 1982 m. Talinas, estų k., 1984 m. Maskva, rusų k.), „Tarybų Lietuvos krepšinis“ (su kt., 1985 m.), „Septyniadešimt mūsų krepšinio metų“ (1992 m.), „Olimpinis krepšinis“ (1996 m.), „Krepšinio testai“ (1998 ir 2002 m.), „Lithuania: A Success Story“ (su kt., 2006 m.); monografijos: „Krepšinis. 100 žingsnių per pasaulį“ (2 t., 1991 ir 1992 m.), „Olimpinis 1992 m. krepšinis“ (1993 m.), „Neslūgstančios krepšinio vilnys“ (1999 m.), „Vytautas Augustauskas-Augustaitis 1904–1958“ (2003 m.), „Lietuvos aukštasis kūno kultūros mokslas: žmonės ir dar-*

*bai“ (2007 m.), „Sporto terminų žodynas“ (1996 ir 2002 m.); vadovėliai: „Krepšinis“ (1985 m.), „Žaidimai. Teorija ir didaktika“ (su kt., 1994, 1998 ir 2002 m.), „Krepšinis. Istorija. Teorija. Didaktika“ (2003 m.), „Su Lietuvos vardu per Europą, per pasaulį: Lietuvos krepšinio rinktinė kelias“ (1925–2008 m.) (su A. Bertasiūmi, 2009 m.), „Jie dovanavo Lietuvai krepšini: Gimtosios šalies krepšinio trenerių 90 metų kelionės atgarsiai“ (su M. Balčiūnu, 2011 m.).*

*1978–90 m. S. Stonkus buvo Lietuvos valstybinio kūno kultūros instituto rektorius. Jo vadovavimo metais įtvirtinta svarbiausia šios aukštosios mokyklos misija – kūrybingų asmenybių ugdymas, aukščiausios kvalifikacijos specialistų rengimas ir mokslo plėtojimas. Daugelis buvusių studentų, dėstytojų įgijo mokslinius laipsnius ir vardus. Demokratijos ir pilietiškumo sąvokos, atkeliavusios iš senovės Graikijos, įsitvirtino S. Stonkaus gyvenime ir veikloje. Profesorius teigė, kad studentui, dėstytojui reikalingos ne tik mokslo žinios, bet reikia išsiugdyti ir labai svarbias asmenybės savybes – nebijoti pokyčių ir mokėti juos valdyti, kritiškai mąstyti ir gebėti rinktis, matyti sunkumus ir mokėti juos įveikti, būti kūrybingiems ir išradingsiems, būti atsakingiems, rūpintis sveikata, šalies sportu, neprarasti noro mokytis visą gyvenimą. Tačiau pabrėždavo, kad visada ir visur būtina neužmiršti dvasinių vertybių, mokslinės kultūros, etikos normų, pagarbos kultūrai, pagarbos mokslininko orumui. Studentus traukė ne tik dėstytojo ir mokslininko talentu, bet ir humanišku bei patriotiniu nusiteikimu, supratimu, kad sporte viskas turi tarnauti žmogui, teikti viltį ir gyvenimo džiaugsmą.*

*Profesoriaus S. Stonkaus sportinė, pedagoginė ir mokslinė veikla buvo glaudžiai susijusi su aktyvia visuomenine veikla. 1961–71, 1979–83 ir 1990–94 m. jis vadovavo Lietuvos krepšinio federacijai, 1992–96 m. buvo Lietuvos tautinio olimpinio komiteto viceprezidentas, 1992–98 m. – Lietuvos kilnaus elgesio sporte komiteto prezidentas, 1992–95 m. ėjo Lietuvos kūno kultūros instituto Senato pirmininko pareigas. Jis buvo Lietuvos mokslo tarybos ekspertas, Lietuvos sporto mokslo tarybos narys, mokslo žurnalo „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ vyr. redaktorius (1998–2010 m.), „Sporto mokslo“, Latvijos, Lenkijos sporto mokslo žurnalų redaktorių kolegijų narys.*

*Lietuvos valstybė 1995 m. Profesorių apdovanojo Lietuvos didžiojo kunigaikščio Gedimino IV laipsnio ordinu, Lietuvos tautinis olimpinis komitetas 2001 m. – Olimpini žvaigžde, 2006 m. – Garbės ženkle, Kūno kultūros ir sporto komitetas prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2006 m. – Sporto garbės kryžiumi. 2005 m. Stanislovui Stonkui suteiktas Lietuvos olimpinės akademijos akademiko vardas, 2012 m. – Lietuvos Respublikos nusipelnusio sporto darbuotojo vardas.*

*Visuose profesoriaus S. Stonkaus darbuose jaučiamas išbaigtumas, konstruktyvumas, į juos įdėta daug širdies šilumos, atidos ir kruopštumo. Tai žmogus, dirbęs su meile ir pasiaukojimu, sugebėjęs įtikinti savo idėjų ir minčių bei pažinimų teisingumu. „Svarbiausia sporte – sąžiningas nesavanaudiškas darbas, kuris anksčiau ar vėliau įvertinamas“, – yra sakęs Profesorius. Jis buvo puikus pedagogas, organizatorius, įžymus mokslininkas, išugdęs būrį savo pasekėjų.*

*Tikiuosi, kad jo pasekėjai Lietuvos kūno kultūros akademijoje, vadovaudamiesi sveiku protu ir jautria širdimi, kurs naują sporto ateitį. Svarbiausia mums visiems gyvenimo užduotis – nuvesti studentą, sportininką iš ten, kur jis yra, į ten, kur jis dar niekada nebuvo. Ateitis svarbiau už dabartį. Stanislovas Stonkus iki paskutinės gyvenimo minutės veržėsi kurti, gyventi, bet širdis nebeleido... Šviesus atminimas liks visų jį pažinusių žmonių širdyse.*

**Prof. habil. dr. Povilas Karoblis**

# SPORTO 2012 SPORT MOKSLAS 2(68) SCIENCE VILNIUS

LIETUVOS SPORTO MOKSLO TARYBOS  
LIETUVOS OLIMPINĖS AKADEMIJOS  
LIETUVOS KŪNO KULTŪROS AKADEMIJOS  
LIETUVOS EDUKOLOGIJOS UNIVERSITETO  
ŽURNALAS

JOURNAL OF LITHUANIAN SPORTS SCIENCE COUNCIL, LITHUANIAN OLYMPIC  
ACADEMY, LITHUANIAN ACADEMY OF PHYSICAL EDUCATION AND  
LITHUANIAN UNIVERSITY OF EDUCATIONAL SCIENCES

LEIDŽIAMAS nuo 1995 m.; nuo 1996 m. – prestižinis žurnalas

ISSN 1392-1401

Žurnalas įtrauktas į:

INDEX COPERNICUS duomenų bazę

Indexed in INDEX COPERNICUS

Vokietijos federalinio sporto mokslo instituto  
literatūros duomenų banką SPOLIT

Included into German Federal Institute for Sport Science  
Literature data bank SPOLIT

## REDAKTORIŲ TARYBA

*Prof. habil. dr.* Algirdas BAUBINAS (VU)  
*Prof. habil. dr.* Alina GAILIŪNIENĖ (LKKA)  
*Prof. dr.* Jochen HINSCHING (Greisvaldo u-tas, Vokietija)  
*Prof. habil. dr.* Algimantas IRNIUS (VU)  
*Prof. habil. dr.* Jonas JANKAUSKAS (VU)  
*Prof. habil. dr.* Janas JAŠČANINAS (Ščecino universitetas, Lenkija)  
*Prof. habil. dr.* Julius KALIBATAS (Sveikatos apsaugos ministerijos Higienos institutas)  
*Prof. habil. dr.* Povilas KAROBLIS (LOA, vyr. redaktorius)  
*Prof. dr.* Romualdas MALINAUSKAS (LKKA)  
*Prof. habil. dr.* Kęstas MIŠKINIS (LOA)  
*Prof. habil. dr.* Vahur ÖÖPIK (Tartu universitetas, Estija)  
*Prof. habil. dr.* Jonas PODERYS (LKKA)  
*Prof. habil. dr.* Algirdas RASLANAS (KKSD)  
*Prof. habil. dr.* Juozas SAPLINSKAS (VU)  
*Prof. habil. dr.* Antanas SKARBALIUS (LKKA)  
*Prof. habil. dr.* Juozas SKERNEVIČIUS (LEU)  
*Prof. dr.* Arvydas STASIULIS (LKKA)  
Kazys STEPONAVIČIUS (LTOK)  
*Prof. habil. dr.* Povilas TAMOŠAUSKAS (VGTU)  
*Dr.* Eglė KEMERYTĖ-RIAUBIENĖ (atsak. sekretorė)

Vyr. redaktorius P. KAROBLIS +370 5 262 2185

Atsakingoji sekretorė

E. KEMERYTĖ-RIAUBIENĖ +370 5 212 6364

El. paštas: egle.loa@takas.lt

Dizainas Romo DUBONIO

Viršelis dail. Rasos DOČKUTĖS

Redaktorė ir korektorė Zita ŠAKALINIENĖ

Anglų k. redaktorė Ramunė ŽILINSKIENĖ

Maketavo Valentina KERAMINIENĖ

Leidžia



LIETUVOS SPORTO  
INFORMACIJOS CENTRAS

Žemaitės g. 6, LT-03117 Vilnius

Tel. +370 5 233 6153; faks. +370 5 213 3496

El. paštas: leidyba@sportinfo.lt

INTERNETE: [www.sportinfo.lt/sportomokslas](http://www.sportinfo.lt/sportomokslas)

Tiražas 200 egz. Užsakymas Nr. 86.

Kaina sutartinė

© Lietuvos sporto mokslo taryba

© Lietuvos olimpinė akademija

© Lietuvos kūno kultūros akademija

© Lietuvos edukologijos universitetas

© Lietuvos sporto informacijos centras

## TURINYS

ĮVADAS / INTRODUCTION .....	2
<b>D. Genys, R. Vainauskaitė.</b> Olimpinės žaidynės – nacionalinių ir globalių interesų sankirtos laukas .....	2
SPORTO MOKSLO TEORIJA // THEORY OF SPORT SCIENCE .....	13
<b>A. Stočkus, E. Adaškevičienė.</b> Kūno kultūros mokytojų darbinį stresorių ir sociodemografinių kintamųjų sąsajos .....	13
<b>A. Rychtecky.</b> Knowledge, desirable and real values in Olympic Movement – a view of Czech youth .....	19
<b>V. Gudonis, R. Malinauskas, T. Šerpetauskas.</b> Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo tyrimas .....	23
<b>Š. Šniras.</b> Futbolo sporto mokyklų futbolininkų agresijos raiškos ypatumai .....	28
<b>K. Vislavičius.</b> The universal combined event for throwers .....	34
<b>Z. Birontienė.</b> A child as a physical activity stimulator in a family .....	38
<b>S. Gečas.</b> Lietuvių krepšinis Vakarų Europoje (1944–1950) .....	45
<b>V. Kontautienė, A. Vilkas.</b> Pradinių klasių mokinių (9–10 metų mergaičių ir berniukų) savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajos .....	50
SPORTO MOKSLO METODOLOGIJA // METHODOLOGY OF SPORT SCIENCE .....	58
<b>R. Kviklienė, A. Buiko.</b> 14–15 metų mergaičių koordinacinių gebėjimų lavinimas tinklinio pratimais per kūno kultūros pamokas .....	58
<b>R. Viliūnienė, J. Hilbig, R. Žilinskienė, V. Šapurova, T. Gritėnienė, V. Danilevičiūtė.</b> Resilience, mental disorders and physical activities – are they connected? .....	63
KRONIKA // CHRONICLE .....	69
<b>E. Kemerytė-Riaubienė.</b> Tarptautinei olimpinei akademijai – 50 metų .....	69
<b>J. Poderys.</b> Mintys apie V Baltijos šalių sporto mokslo konferenciją „Sporto mokslo dabartis ir naujos idėjos“ .....	70
INFORMACIJA AUTORiams // INFORMATION FOR AUTHORS .....	72

## IVADAS INTRODUCTION

### Olimpinės žaidynės – nacionalinių ir globalių interesų sankirtos laukas

*Dr. Dainius Genys, Rūta Vainauskaitė*  
Vytauto Didžiojo universitetas

#### Santrauka

Šiandieninės olimpinės žaidynės rodo dialektinį ryšį tarp globalizacijos ir nacionalizmo. Viena vertus, olimpinės žaidynės yra svarbus globalizacijos proceso dalyvis ir kartu globalaus pasaulio požymis. Kita vertus, dėl žaidynių struktūros, skatinančios nacionalinio sporto puoselėjimą, olimpinės žaidynės tampa svarbiu nacionalinių vertybių gynybos bastionu. Dialektika, dekonstruodama šią priešpriešą, padeda paaiškinti valstybių (dalyvaujančių žaidynėse) prioritetus bei pasirinkimus globalizacijos ir nacionalizmo atžvilgiu. Daugiametė olimpinė žaidynių struktūra neabejotinai įrėmina realiąją tiriamos dialektikos būseną.

Šio straipsnio tikslas – išanalizuoti ir palyginti globalių ir nacionalinių interesų raišką olimpinėse žaidynių kontekste. Numatytam tikslui pasiekti keliami tokie pagrindiniai uždaviniai: 1) išanalizuoti olimpinėse žaidynių ir globalizacijos santykį; 2) išanalizuoti olimpinėse žaidynių ir nacionalizmo santykį; 3) palyginti nacionalinių ir globalių interesų raišką olimpinėse žaidynėse. Tyrimo metodai – straipsnyje naudojami mokslinės literatūros šaltinių sisteminės apžvalgos ir lyginamosios analizės metodai.

Apžvelgus globalizacijos ir nacionalizmo dialektiką, besireiškiančią trijuose išsiskirtuose teiginiuose, galima matyti kintančius hegemoninius normatyvus ir jų bandymus įsitvirtinti. Sportininkų natūralizacija, maskuojančiai vadinama mobilumu, leidžia galingoms valstybėms dar labiau auginti sportinę galią. Tai įgalina pozicionuoti (pristatyti) save, akcentuojant globalizacijos pripažįstamas savybes, kaip labai pajėgią, talentų pripildytą šalį. Šios tendencijos atitinkamai formuoja nacionalinę savimonę, didžiąsias šalis pristatant kaip šiuolaikines, daugiakultūres, globalias tendencijas įkūnijančias valstybes. Galiausiai visa tai suteikia papildomų pranašumų įtvirtinant globalizacijos prioritetus nacionalizmo atžvilgiu. Taip formuojasi savęs pateisinimo sistema, redukuojanti (susilpninanti, sumažinanti) nacionalizmo raišką, suteikiant jai naujoviškas interpretacijas, ir kartu legitimuojanti (įteisinti) globalizacijos raišką. Olimpinėse žaidynių kontekste globalizacijos ir nacionalizmo dialektikos raiška yra ryški, tačiau konkrečios jos formos iš dalies yra nulemtos žaidynių struktūros.

**Raktažodžiai:** globalizacija, nacionalizmas, dialektika, olimpinės žaidynės.

#### Įvadas

Kiekviena visuomeninė santvarka remiasi hegemoniškai įtvirtintais normatyvais, kurie laikomi savaime suprantamais dalykais, tarsi kasdienio gyvenimo aksiomos, kurių nereikia papildomai aiškinti. Istorijoje gausybė tokių funkcionalių ir nustatymo vertę turinčių normatyvų. Pavyzdžiui, XIX a. nacionalizmui teko svarbus vaidmuo formuojant šalies įvaizdį, prestižą ir individualią asmens tapatybę. Galima sakyti, jog nacionalizmas buvo svarbus ne tik tuometinės valstybės, bet ir socialinės tvarkos pamatas. Nekeista, jog atkuriant šiuolaikines olimpines žaidynes nacionalizmas buvo vienas iš svarbiausių žaidynių atkūrimo postulatų (Senn, 1999). P. de Coubertino manymu, šalių dalyvavimas žaidynėse turėtų leisti pristatyti save pasauliui ir skatinti nacionalinį pasididžiavimą. Tačiau šiandien, smarkiai pasikeitus socialiniam ir kultūriniam kontekstui, imant dominuoti globalioms tendencijoms, olimpinės žaidynės yra gana aršiai kritikuojamos dėl tariamai perdėto nacionalizmo skatinimo formuojant nacionalinius „karus be ginklų“ (Lucas, 1992, 117–132).

Akivaizdu, jog globalizacija ir nacionalizmas yra susiję, juk globalizacijos amžius yra ir nacionalizmo atgimimo amžius, kuriam būdingas protestas prieš egzistuojančias nacionalines valstybes bei plintanti tautinio tapatumo (re)konstravimo – visuomet kaip priešpriešos svetimiems – veikla (Castells, 2004, 44–45). Olimpinės žaidynės atspindi šį dialektinį ryšį tarp globalizacijos ir nacionalizmo.

Globalizacijos ir nacionalizmo dialektikos atveju tarpusavyje santykiai apibrėžiami naujais normatyvais: globalizacijos pranašumais, „išsigalinančia“ jėga formuojant naująją pasaulio tvarką (projekcija į ateitį); ir nacionalizmo neišvengiama transformacija, „nusigalinančia“ jėga prisitaikant prie globalių pokyčių (ateities perspektyvų redukcija). Tačiau globalizacija savaime neatskleidžia faktinės būsenos, o dėl permainingų (konkuruojančių, konfliktiškų ir net transcendentalių) santykių su nacionalizmu yra net ambivalentiška (dvilypė). Akivaizdu, jog olimpinėse žaidynių reikšmė nacionalizmo ir globalumo dialektikoje nėra vienareikšmė. Viena iš svarbių globalizacijos šerdžių – transnacionalinės korporacijos, veiklą

vystančios keliose (ar keliolikoje) pasaulio šalių, jos ir išjudina inertišką globalumo garvežį. Olimpines žaidynes neabejotinai prisideda prie daugelio globalaus vyksmo ypatumų, kaip antai, pasaulio ekonomikos globalizacijos, skatina naujų technologijų sklaidą, darbuotojų mobilumą ir t. t. Viena vertus, olimpines žaidynes yra svarbus globalizacijos proceso dalyvis ir kartu globalaus pasaulio požymis. Tačiau, kita vertus, dėl žaidynių struktūros, skatinančios nacionalinio sporto puoselėjimą, olimpines žaidynes tampa svarbiu nacionalinių vertybių gynybos bastionu. Dialektika, dekonstruodama šią priešpriešą, padeda paaiškinti valstybių (dalyvaujančių žaidynėse) prioritetus bei pasirinkimus globalizacijos ir nacionalizmo atžvilgiu.

Vis dėlto iki galo neaišku, ar olimpinėse žaidynėse slypinti ir pasireiškianti globalizacijos ir nacionalizmo dialektika kokiu nors būdu atitinka besikeičiančius globalizacijos ir nacionalizmo santykius. Daugiametė olimpiinių žaidynių struktūra neabejotinai įrėmina realiąją tiriamos dialektikos būseną, o liberalesnėse sporto organizacijose (tokiose kaip NBA; Eurolyga; UEFA; F-1 ir kt.) globalizacijos ir nacionalizmo jėgų santykiai nėra labai varžomi organizacijos struktūros, todėl ten santykiai tarp tiriamų subjektų smarkiai skiriasi: nacionaliniai sentimentai ne tik tarptautinėse, bet ir vietinėse lygose yra smarkiai redukuoti (susilpnėję), dėl to daugelis komandų primena globalias rinktines, o nacionalizmas lieka paraštėje.

Šio straipsnio **tikslas** – išanalizuoti ir palyginti globalių ir nacionalinių interesų raišką olimpiinių žaidynių kontekste. Numatytam tikslui pasiekti keliami tokie pagrindiniai **uždaviniai**: 1) išanalizuoti olimpiinių žaidynių ir globalizacijos santykį; 2) išanalizuoti olimpiinių žaidynių ir nacionalizmo santykį; 3) palyginti nacionalinių ir globalių interesų raišką olimpinėse žaidynėse. **Tyrimo metodai** – straipsnyje naudojami mokslinės literatūros šaltinių sisteminės apžvalgos ir lyginamosios analizės metodai.

### **Olimpinės žaidynės ir globalizacija**

Olimpiinių žaidynių ištakos slypi antikinėje Graikijoje, tačiau nėra tiksliai žinoma, kada prasidėjo žaidynės. Jų pradžia laikomi 776 m. pr. Kr., nes tada jos pirmą kartą buvo paminėtos rašytiniuose šaltiniuose. Olimpines žaidynes buvo tokios svarbios, kad graikai pagal olimpiadas, ketverių metų laikotarpius, fiksavo istorinius įvykius (Oxlade, Ballheimer, 2000). Graikijai tapus Romos imperijos dalimi, žaidynių reikšmė blanko, o 393 m. Romos impera-

torius Teodosijus I pasirašė įsaką, kuriuo pasmerkė visas pagoniškas tradicijas, tarp jų ir olimpines žaidynes, nes jos buvo pradėtos rengti Dzeuso garbei (Stonkus, 2000).

Pasaulis olimpines žaidynes prisiminė Renesanso epochoje, ryškėjant tendencijai atgaivinti antikinės tradicijas. Tačiau tik XIX a. pabaigoje susiklostė palankios sąlygos žaidynių atgimimui: populiarėjo nacionalinės (vokiečių, britų, čekų, švedų, rusų) fizinio auklėjimo sistemos, buvo steigiamos nacionalinės ir tarptautinės sporto organizacijos, plito įvairios tarptautinės varžybos. Olimpinių žaidynių atgaivinimo idėja apėmė beveik visos Europos sporto visuomenę, ją palaikė ir žymūs valstybių veikėjai. Žaidynių atkūrimo mintimi ypač susižavėjo prancūzų baronas Pjeras de Kubertenas (Pierre de Coubertin), kuris buvo įsitikinęs, kad senovės graikų filosofija bus naudinga ir šiuolaikiniame pasaulyje (Stonkus, 2000). Tarptautiniame sporto kongrese Paryžiuje 1894 m. jis pasiūlė atgaivinti žaidynes. Kongreso dalyviai jam entuziastingai pritarė, buvo įkurtas Tarptautinis olimpinis komitetas (TOK) ir po dvejų metų, 1986-ųjų balandį, Atėnuose Graikijos karalius atidarė pirmąsias naujųjų laikų olimpines žaidynes. Praėjus kiek daugiau nei 1500 metų nuo antikinių graikų žaidynių uždraudimo, olimpines žaidynes vėl atgimė (Oxlade, Ballheimer, 2000). Tų metų Atėnų žaidynėse dalyvavo 245 sportininkai (visi vyrai) iš 14-os šalių (du trečdaliai atletų buvo iš Graikijos). Varžytasi 9 sporto šakų varžybose. Žaidynių atidarymo iškilmes stebėjo 80 tūkst. žiūrovų (Stonkus, 2000). Per kitus 100 metų žaidynės pamažu virto nuostabių sporto renginiu, tokiu, kokį mes esame įpratę matyti pastaraisiais metais (Oxlade, Ballheimer, 2000). Dabar olimpiados žaidynėse dalyvauja daugiau nei 10 tūkst. sportininkų iš 205 valstybių (žr. 1 lentelę).

Esminiai pasikeitimai įvyko antroje XX a. pusėje, kai nuo 7-ojo dešimtmečio žaidynes pradėjo transliuoti televizija. Tai pritraukė komercinius rėmėjus, kurie mainais už reklamą padėjo rengti žaidynes. Olimpines žaidynes virto globaliu įvykiu. Paminėtina, jog jau 1956 m. komerciniai rėmėjai padėjo Šiaurės Italijos miestui pastatyti naujas aikštes žiemos žaidynėms (Oxlade, Ballheimer, 2000). Olimpiniams žaidynėms didelės įtakos sporto prasme turėjo leidimas jose dalyvauti profesionaliems sportininkams. Tai ne tik sustiprino konkurenciją, bet ir pakeitė sportą. Pavyzdžiui, JAV vyrų krepšinio komanda penkeriose iš eilės olimpinėse žaidynėse (1972–1988 m.) aukso medalius iškovojo tik

1 lentelė

**Olimpiados žaidynėse dalyvavusių šalių ir sportininkų skaičius**

Metai	Valstybių sk.	Sportininkų sk.
1896	14	241
1890	24	997
1912	28	2 407
1920	29	2 626
1924	44	3 089
1928	46	2 883
1932	37	1 332
1936	49	3 963
1948	59	4 104
1952	69	4 955
1956	72	3 314
1960	83	5 338
1964	93	5 151
1968	112	5 516
1972	121	7 134
1976	92	6 084
1980	80	5 179
1984	140	6 829
1988	159	8 391
1992	169	9 356
1996	197	10 318
2000	199	10 651
2004	201	10 625
2008	205	~ 10 500

**Šaltinis:** Tarptautinio olimpinio komiteto (TOK) duomenys: *The Olympic Games. Prieiga per internetą:* [http://www.olympic.org/uk/games/index\\_uk.asp](http://www.olympic.org/uk/games/index_uk.asp). Žiūrėta 2009 m. balandžio 8 d.

du kartus, o 1992 ir 1996 m. žaidynėse NBA „Svajonių komanda“ jau dominavo ir niekam neleido subejoti savo pergale. Tai sukėlė rimtas diskusijas dėl žaidėjų profesionalumo lygio – ar jis jau nėra per didelis (Senn, 1999).

Apie sporto globalizacijos procesą imta kalbėti nuo 1980-ųjų, nuo tada, kai globalizacijos sąvoka pradėta analizuoti socialiniuose moksluose. Šiuo metu sportas suvokiamas kaip vienas iš globalizaciją skatinančių veiksnių, o olimpinės žaidynės laikomos vienu pagrindiniu to bruožų ir apskritai vadinamos labiausiai globalizuotu renginiu (Bernstein, 2000). Olimpinės žaidynės traktuojamos kaip globalus sporto, kultūros renginys, kurį viso pasaulio žmonės gali žiūrėti vienu metu (Lee, Maguire, 2009).

Šių laikų olimpinė žaidynių definicija, remiantis Senu (Senn, 1999), būtų – kas ketveri metai pasikartojančios, įvairių sporto šakų atletų varžybos, keliaujančios per visą pasaulį. Žaidynės reprezentuoja aukščiausią elitinį sportą ir yra svarbiausias reguliariai vykstantis sporto renginys, suburiantis gausų tarptautinį dalyvių ir žiūrovų būrį. Didžiulė auditorija suteikia žaidynėms išskirtinę reikšmę pasaulio politiniame, kultūriniame ir ekonominiame gyvenime.

Puijkas (Puijk, 2000) žaidynes traktuoja kaip sporto renginį, kuriame dalyvauti ir įrodyti savo sportinį pranašumą susirenka stipriausi įvairių spor-

to šakų atletai iš viso pasaulio valstybių (daugelio sportininkų nuomone, medalio laimėjimas yra sportinės karjeros viršūnė). Vis dėlto pažymima, jog olimpinės žaidynės tikrai nėra vien skirtingų sportinių varžybų visuma. Olimpinės žaidynės yra kompleksinis renginys savo prigimtimi, tai kažkas daugiau nei vien sportinis įvykis. Panašiai teigia ir Roché (Roche, 2003), žaidynes apibūrinantis kaip kompleksą įvairių procesų, kurie įtraukia politinį, ekonominį, kultūrinį elitą į vieną visumą, veikiamą miestų, valstybės, tarptautiniu lygiu.

Literatūroje olimpinės žaidynės vadinamos ir *mega* įvykiu. Šis apibrėžimas gimė XIX a. Sąvoka aiškinama kaip trumpalaikiai bendri kultūriniai veiksmai, kurie turi ilgalaikę (iki ir po įvykio) socialinę svarbą. Viešojoje erdvėje šiam įvykiui skiriamas išskirtinis statusas. Buvo ir tebėra suvokiama, jog galimybė šaliai reguliariai nusiųsti savo sportininkus varžytis olimpinė žaidynių scenoje su kitos pasaulio valstybės sportininkais yra labai svarbus šalies pripažinimo simbolis. Nepaisant transformacijų socialinėje aplinkoje, politinių nesutarimų, olimpinė žaidynių kaip *mega* įvykio populiarumas ir išsimintinumas šiuolaikiniame visuomenėje tik sustiprėjo (lyginant XX ir XXI a. pradžią). Tai aiškinama tuo, jog *mega* įvykis yra savita laiko suformuota institucija. Jo išskirtinumas siejamas su periodiškumu (vyksta reguliariai kas ketverius metus), vyksta vis kitoje šalyje – savitų tradicijų, ritualų, kultūrų aplinkoje (Roche, 2003).

Pasak Wango ir Theodorakio (Wang, Theodoraki, 2007), *mega* įvykiai – didelio masto kultūriniai renginiai, pasižymintys ir dramatiškais ypatybėmis, dideliais vartotojų poreikiais, turintys didelę tarptautinę reikšmę. Traktuojama, jog tik viena karta (kartą per gyvenimą) turi galimybę tokį įvykį organizuoti, priimti savo šalyje. Žaidynių organizavimo faktas palieka žymę ne tik tos šalies, bet ir pasaulio istorijoje. Pažymima, jog *mega* įvykiai ankstyvuoju modernumo laikotarpiu atliko ir nacionalinių valstybių, kultūrų, tautybių ir pilietybių kūrimo funkcijas, kurios išliko ir šiuolaikiniame vėlyvuoju modernumo laikotarpiu (Roche, 2003).

Žiniasklaida itin prisidėjo prie olimpinė žaidynių kaip *mega* įvykio išpopuliarinimo ir įtvirtinimo. Televizijos transliacijos sujungia žmones į vieną visumą ir pažadina ištikimybės, lojalumo jausmą bei sustiprina autoritetą. Žiūrovai tampa ceremonijos dalyviais. Kai televizijos transliacijas žiūri viso pasaulio žmonės, tada įvykis jau įvardijamas kaip globalus. Kas ketverius metus vykstančios olimpi-

nės žaidynės, nesvarbu, kurioje pasaulio šalyje organizuojamos, ir pasižymi pastarosiomis savybėmis (Puijk, 2000). Pateiktoje 2 lentelėje matyti, kaip didėjo valstybių, kuriose buvo transliuojamos olimpiados žaidynės, skaičius.

2 lentelė

*Olimpiados žaidynių transliavimas pasaulio šalyse*

Metai	Žaidynių vieta	Šalių skaičius
1936	Berlynas	1
1948	Londonas	1
1952	Helsinkis	2
1956	Melburnas	1
1960	Roma	21
1964	Tokijas	40
1972	Miunchenas	98
1976	Monrealis	124
1980	Maskva	111
1984	Los Andželas	156
1988	Seulas	160
1992	Barselona	193
1996	Atlanta	214
2000	Sidnėjus	220
2004	Atėnai	220
2008	Pekinas	220 (apytikriai, bet, nepatvirtintais duomenimis, buvo per 220)

**Šaltinis:** Tarptautinio olimpinio komiteto (IOC) duomenys: *Olympic marketing fact file. Olympic broadcasting (2008). Prieiga per internetą:* [http://multimedia.olympic.org/pdf/en\\_report\\_344.pdf](http://multimedia.olympic.org/pdf/en_report_344.pdf). Žiūrėta 2008 m. balandžio 5 d.

Žiniasklaidos skiriamos turinio apimties, ypač televizijos transliacijų, didėjimas sąlygojo olimpiadų žaidynių virsmą globaliu reiškiniu. Olimpinės žaidynės virto žinomiausiu reguliariai vykstančiu mūsų laikų visuotiniu įvykiu. Televizijos transliacijas su dideliu susidomėjimu žiūri daugybė žmonių (Puijk, 2000). Pavyzdžiui, 2000 m. Sidnėjaus žaidynes žiūrėjo 3,6 milijardo žmonių, o 2004 m. Atėnų – 3,9 milijardo (Athens 2004, Games of the XXVIII Olympiad, 2004).

Žymiausi nūdienos sociologai (Giddens, 2005, Bauman, 2007, Castells, 2004, ir kt.) pastebi globalios tvarkos išsigalėjimą ir nacionalizmo silpnėjimą. „Vykstant vietos bendruomenių sąveikai su nauja globalia tvarka, mažėja tradicijų ir įtvirtintų vertybių reikšmė (Giddens, 2005, 72). Intensyvi kaita verčia prisitaikyti prie besikeičiančios tvarkos. „Būti „lokaliam“ globalizuotame pasaulyje yra socialinės atskirties ir nuosmukio ženklas. Lokalumo sąlygomis egzistencijai kylančius sunkumus lemia tai, jog visuomeninės erdvės darosi nepasiekiamos lokalizuotam gyvenimui ir vietinės bendrijos praranda sugebėjimą kurti prasmes bei derėtis dėl jų, jos ima vis labiau priklausyti nuo tokių prasmę teikiančių ir ją interpretuojančių veiksmų, kurių pačios nebecontroliuoja“ (Bauman, 2007, 9). Visuomenės,

ypač nacionalinės valstybės, institucijų, atsidūrusių globalinių tinklų ir kultūrinių tapatybių mūšio lauke, pamatai sudrebinti, o teisėtumas – kvestionuojamas (Castells, 2004, 12).

Apibendrinant globalizacijos ir olimpiadų žaidynių santykį bei siekiant išryškinti globalių tendencijų nuostatas žaidynių atžvilgiu, prisimintinos Baumano išvalgos, jog globalizacija, suartinanti mus supantį pasaulį ir unifikuojanti pasaulėžiūrą vartotojiškomis vertybėmis, išbalnoja iš nacionalistinių sentimentų, legitimuoja ir leidžia įsitvirtinti globalumo vyksmui (Bauman, 2007). Vadinasi, sportas, šiuo atveju sąlygojamas nūdienos vartotojiškumo, yra komercializuotas, etiniai ir moraliniai bruožai yra nusilpę, o instrumentiniai sustiprėję. Siekis uždirbti kuo daugiau pinigų tokius sporto elementus kaip solidarumas, patriotiškumas, kilnus elgesys ir nacionalizmas vis labiau nustumia į antrą planą. Sportas paklūsta besiformuojančiai globaliai tvarkai ir ją sustiprina.

## Olimpinės žaidynės ir nacionalizmas

Nors olimpinės žaidynės yra laikomos globaliu įvykiu, o sportas apskritai išskiriamas kaip vienas pagrindinių globalizaciją skatinančių veiksnių, vis dėlto nėra vienareikšmiškai sutariama dėl tokios interpretacijos. Reikalas tas, kad sportas neatsiejamas nuo lokalumo, t. y. sportas gimė kaip lokalus reiškinys. Net ir globaliame pasaulyje ši dimensija išlieka aktuali. Nors daugelis sportininkų ar sporto klubų dalyvauja tarptautiniuose turnyruose, jie visada reprezentuoja tam tikrą konkrečioje teritorijoje įsikūrusį klubą (ar šalį), turintį istorines tradicijas.

Dar iki XIX a. vidurio sportas buvo neorganizuotas ir neformalus laisvalaikio leidimo būdas. Varžbos vykdavo neperžengiant vietinio kaimo ar miestelio ribų ir tik retai varžydavosi skirtingi kaimeliai ar miestai. Varžymasis ar rungtynės tuo metu vyko remiantis nerašytomis, žmonių atmintyje fiksuotomis taisyklėmis, kurios buvo paremtos vietiniais papročiais ir tradicijomis (Riess, 1995). Net ir sužibus šiuolaikinio sporto žvaigždėi, istorinių tradicijų nebuvo atsisakyta – tiesiog jos tapo universalios, reglamentuotos. Modernūs klubai ir šiandien pabrėžia savo istoriškumą, kilmės vietą. Ir nors globalizacija smarkiai pakoregavo šį vaizdą įgalindama klubus sustiprinti ne tik vietiniais, bet ir kitataučiais žaidėjais (pavyzdžiui, daugelis stipriausių Europos futbolo ar krepšinio klubų primena mini pasaulio rinktinės), vis dėlto sergama už konkretų klubą / komandą (kaip antai Barselonos „Barseloną“; Londono „Che-

alse“ (abi futbolas), ar Kauno „Žalgiris“ (krepšinis) ir t. t.), bet ne už globalias komandas. Sporto klubų susiejimas su vieta visada susaistytas bendresnėmis sociokultūrinėmis tradicijomis, formuojančiomis daugelio sirgalių lojalumą (ar net tapatybę). Šiuolaikinėse visuomenėse sportas yra labai svarbi kultūros dalis, kuri bene labiausiai žadina patriotinius jausmus (Lee, Maguire, 2009).

Vienas palankiausių pavyzdžių analizuojant globalizacijos ir nacionalizmo tarpusavio ryšius yra olimpinės žaidynės. Jos gali būti apibūdinamos kaip visuotinis nacionalinis forumas, suteikiantis galimybę kiekvienai šaliai prisistatyti sporto srityje. Anot Bernsteino (Bernstein, 2000), olimpinės žaidynės suteikia svarbų pagrindą nacionalizmui, kai nacionaliniai ypatumai būdingi visam sportininkų pasirodymui. Sportas yra vienas iš būdų reprezentuoti šalį – nacionalinė vėliava, himnas, valstybę atspindinti atletų apranga (spalvos, simboliai), politikų dalyvavimas (Lippe, 2002).

Jau žaidynių atidarymo ceremonijoje galima išvelgti nacionalizmo bruožų – tiek valstybės, kurioje vyksta olimpinės žaidynės (vaizduojama šalies istorija, tradicijos, laimėjimai, kultūra per muzikantų, šokėjų, akrobatų ir kitų atlikėjų pasirodymus), tiek kitų šalių (per atidarymo ceremoniją šalių delegacijos žygiuoja nešdamos valstybinę vėliavą, pasipuošusios vienoda apranga, dažniausiai atspindinčia savo šalį). Pavyzdžiui, per 1988 m. Nagano žiemos olimpinį žaidynių atidarymą nacionalinį šalies himną muzikantai atliko tradiciniais senoviniai instrumentais ir buvo apsirengę atitinkamai to laikotarpio drabužiais. Taip norėta parodyti savo šalies istorinį kultūrinį paveldą. Kitaip sakant, atidarymo ceremonija – itin svarbus nacionalizmo reprezentacijos bruožas: nepaisant šalies dydžio ir dalyvaujančių atletų gausos, žaidynės tampa scena, leidžiančia prisistatyti tiek šalims organizatorėms, tiek šalims dalyvėms.

Globalizacijos ir nacionalizmo santykis olimpinėse žaidynėse labai daug priklauso nuo to, kaip renginį nušviečia, perteikia, ką akcentuoja žiniasklaida. 2004 m. Atėnuose vykusias olimpines žaidynes Pietų Korėjos žiniasklaida piešė kaip visuotinę šventę, kurioje draugiškai dalyvavo sportininkai iš viso pasaulio. Tai įvardyta galimybe viso pasaulio žmonėms susiburti drauge, tapti tarsi vienu dariniu. Tam tikrais žaidynių atidarymo ceremonijos momentais atrodė, jog tautiniai skirtumai visiškai išnyko, o kultūriniai skirtumai vaizduoti kaip ypatybės, kurias reikia švęsti. Žiniasklaida kūrė globalios, dau-

giakultūres visuomenės utopiją. Tačiau prasidėjus sporto varžyboms, šalia globalaus piešinio jau iškilo nacionaliniai ypatumai – per transliacijas buvo kartojami reportažai, kai per apdovanojimus pakeliama Pietų Korėjos valstybinė vėliava, giedamas himnas, sportininkai vadinami *Tae-guk* kariais (tai tradicinis Pietų Korėjos simbolis), akcentuojamos istorinės detalės. Tad šios šalies žiniasklaida akcentavo globalinę vienybę ir pabrėžė nacionalinę tapatybę (Lee, Maguire, 2009).

Kitas olimpinį žaidynių ir nacionalizmo santykio pavyzdys – tai galimybė kiekvienam sportininkui tapti nacionaliniu didvyriu. Vienas iš tokių pavyzdžių – 2000 m. olimpinėse žaidynėse C. Freeman pasiekta pergalė moterų 400 m bėgimo rungtyje. Šios sportininkės pergalę Australijos žiniasklaida tuomet nupiešė ne tik kaip didžiulį valstybės sporto laimėjimą, politinės reikšmės įvyki, bet ir kaip valstybę suvienijusį veiksma – susitaikymą tarp vietinių (Australijoje gimusių) ir atvykusių gyventi į šią šalį žmonių, o pačią atletę vadino nacionaline didvyre (Elder, Pratt, Ellis, 2006). Minėtose olimpinėse žaidynėse vyrų triatlono čempionu tapęs kanadietis S. Whitfieldas (Whitfield) savo šalies žiniasklaidoje taip pat sulaukė panašios reakcijos. Spauda jį vadino ne tik „auksiniu berniuku“, bet jo pergalę prilygino visos šalies didvyriškam laimėjimui. Žiniasklaida sportininką pavertė žvaigžde ir akcentavo tris pagrindinius dalykus: jo, kaip nacionalinio Kanados didvyrio, asmenybę, pergalę iškovojus aukso medalių ir apdovanojimą. Iki pergalės mažai kam žinomas atletas virto nacionaliniu Kanados herojumi. Beje, netrukus tuo pasinaudojo ir verslo kompanijos, pasirinkusios sportininką savo reklamos veidu (Darnell, Sparks, 2005). Panašių pavyzdžių galime prisiminti ir savo šalies sporto istorijoje, kai 1992 m. Barselonos žaidynėse pasiektos krepšinininkų pergalės buvo sutiktos su didžiuliu entuziazmu ir džiaugsmu, laikomos savotišku teisingumo aktu, liudijančiu šalies nepriklausomybę, savarankiškumą ir didžiulę jėgą.

Bernsteinas (Bernstein, 2000), lygindamas žiniasklaidoje pateikiamą informaciją apie Barselonos olimpines žaidynes, pastebėjo, kad D. Britanijos ir Izraelio laikraščiuose naujienų pateikimui didelę įtaką turėjo būtent nacionalinis interesas, nes pagrindinis dėmesys buvo sutelktas į savo šalies atletų pasirodymus, nors žurnalistai ir tvirtino, kad jiems svarbiausia – naujienų vertė, istorija, o ne jų šalių atletai ar jų laimėjimai. Paaiškėjo, jog D. Britanijos ir Izraelio laikraščiuose tada dominavo informacija apie savo šalies atletų pasirodymus ir apie tas sporto



šakas, kurios šalyje pačios populiariausios ir kuriose buvo tikimasi puikių rezultatų (Bernstein, 2000).

Valstybių nacionalinius interesus galima išvelgti ir tada, kai žiniasklaidoje akcentuojamos atletų nesėkmės, nusivylimas dėl nepasiteisinsusių lūkesčių. Anot tyrėjų (Knight, MacNeill, Donnelly, 2005), nusivylimo akcentavimas remiasi patirtimi, praeityje pasiektais laimėjimais ir viltimis, emocijomis. Minėti autoriai analizavo per Sidnėjaus olimpines žaidynes Kanados ir Naujosios Zelandijos žiniasklaidoje pasirodžiusius pranešimus. Tada sportininkams nepasiekus gerų rezultatų, spaudoje ėmė vyrauti nusivylimo ne tik sportininkais, bet ir pačia šalimi tema. Nusivylimas persmelkė visas olimpines žaidynes. Per 1992 m. Barselonos olimpines žaidynes Portugalijos žiniasklaidoje taip pat dominavo nusivylimo tema dėl sportininkų pasiektų prastų rezultatų (Blain, Boyle, O'Donnell, 1993). Šios šalies žiniasklaida tada pabrėžė nacionalinio pasitikėjimo savimi ir galimybių krizę, viešai pasmerkdama rezultatus kaip šalies nuosmukio pradžia. Buvo dalijamasi nostalgikiškais prisiminimais apie ankstesnę valstybės didybę ir pergales. Kitų šalių laimėjimai buvo lyginimų atspirties taškas.

Sabo ir kt. (Sabo, Jansen, Tate, Duncan, 1996) atlikti tyrimai taip pat byloja, jog per olimpines žaidynes sustiprėja tautiniai jausmai. Kiekvienos dalyvaujančios žaidynėse šalies žmonės yra suinteresuoti savo valstybės olimpinės komandos atletų pasirodymais ir šiuos sportininkus, jų rezultatus mato kaip įrankius, reprezentuojančius valstybę. Antai Lietuvoje, pasibaigus Pekino olimpinėms žaidynėms, interneto portalo *lytas.lt* atlikta apklausa, kurioje dalyvavo 3 888 internautai, parodė, jog net 69 % dalyvavusiųjų apklausoje, atsakydami į klausimą, kas Jus labiausiai skatina didžiulius savo šalimi, taip pat nurodė sportininkus, 1 % – politikus, 9 % – menininkus (21 % nurodė, kad tokio jausmo apskritai nėra patyrę) (Lietuvos rytas, 2008).

Taigi, nors olimpinės žaidynės yra ir tarptautinis globalus renginys, kartu tai ir nacionalinių valstybių interesų išraiška. Ir nors Olimpinėje chartijoje yra apibrėžta, kad „olimpinės žaidynės yra individualiosios arba komandinės varžybos tarp atletų, bet ne tarp valstybių“ (Olympic Charter, p. 20), tačiau realiai varžybos kartais atvirai įvardijamos ne kaip varžymasis tarp sportininkų, bet kaip varžymasis tarp valstybių (Hogan, 2003). Kaip tam tikrą to įrodymą galima būtų laikyti ir sudaromas iškovotų medalių lentelės, kuriose aiškiai parodoma, kokius rezultatus pasiekė kiekviena dalyvavusi šalis. Kita vertus,

paprasčiausias būdas įvertinti sėkmę žaidynėse yra suskaičiuoti, kiek šalis iškovojo medalių (dar gali būti skaičiuojami ir Olimpiniai diplomai). Paprastai taip dažniausiai ir yra daroma. Medalio (-ių) laimėjimas ir jų kiekybinis skaičiavimas vaidina svarbų vaidmenį žiniasklaidos turinyje ir apskritai viešojo erdvėje (Rathke, Woitek, 2008).

Apibendrinant nacionalizmo ir olimpinę žaidynių santykį ir siekiant išryškinti nacionalinių interesų nuostatas olimpinę žaidynių atžvilgiu, prisimintinos Kosaku Yoshino kultūrinio nacionalizmo išvalgos: „kultūrinis nacionalizmas siekia atgaivinti tautinę bendruomenę kurdamas, saugodamas ir stiprindamas tautos kultūrinį tapatumą tada, kai jam iškyla grėsmė ar pajuntama jo stoka“ (Yoshino, 1992, 1, iš Castells, 2004, 48). Vadinasi sportas šiuo atveju bus suprantamas kaip unikalus, konkrečioje teritorijoje ir kultūroje istorijose tėkmėje susiformavęs bei visuomenės solidarumo formas atspindintis reiškinys. Sportas tokiu atveju tampa tautos išskirtinumo bruožu ir reprezentacija.

### **Olimpinės žaidynės – nacionalinė globalizmo ar globali nacionalizmo šventė?**

Išsiaiškinus olimpinę žaidynių santykį su nacionalizmu ir globalizacija, apibendrinant galima teigti, jog olimpinės žaidynės – tai tarsi globalizacijos ir nacionalizmo dialektikos žaidimų aikštelė. Olimpinės žaidynės tuo pat metu yra tiek pakyla, nuo kurios galima perduoti nacionalinę žinią visam pasauliui; tiek globalizacijos atspindys, suteikiantis struktūrą sporto pri(si)taikymui prie globalumo vyksmo. Reikalas tas, jog įtampos riba, priklausomai nuo išgalinčios jėgos, pasislenka tai į vieną, tai į kitą pusę. Olimpinę žaidynių atkūrimo laikais, dominuojant nacionalistinėms nuotakoms, jos sklandžiai inkorporuotos į žaidynių struktūrą, o šiandien nenumaldomai plintančios globalumo tendencijos ne tik siekia pakeisti šia pusiausvyrą, bet ir įtvirtinti globalumo vyksmu paremtą tvarką (Hoberman 1986; Tomlinson 2005; Genys 2011), nors nacionalizmas bando tam priešintis.

Esminiai įtampos taškai, kuriuose susikerta nacionaliniai ir globalūs interesai, apibendrintai gali būti nužymėti analizuojant skirtingas šalių elgesio strategijas, susijusias su 1) šalies reprezentacija; 2) nacionalinės savimonės ugdymu per sportą; 3) sportininkų mobilumu. Kiekviename jų slypi tiriamą globalizacijos ir nacionalizmo dialektiką, kuri išskleidžiama ir analizuojama aptariant konkrečius pavyzdžius.



### 1. Šalies reprezentacija

Olimpinės žaidynės neabejotinai yra globalus renginys, tuo pat metu suteikiantis gana unikalią galimybę pristatyti nacionalinius interesus visam pasauliui ir jiems atstovauti. Tačiau globalios tendencijos, siekdamos įtvirtinti reprezentuojamą tvarką, atitinkamai koreguoja ir nacionalizmo raišką. Šiandien, globalizacijos kontekste, šalies reprezentacija dažniau grindžiama ne tiek nacionaliniais (tautiniais) sporto savitumais (pvz., specifinėmis sportavimo ir treniravimosi technikomis, savitu meistriškumu, išugdytais talentais), kiek globalios tvarkos padiktuotais principais (pvz., iškovotų medalių skaičiumi, greitomis pergalėmis, sportininkų įvaizdžiais). Šalies reprezentacija vis labiau grindžiama sportininkais žvaigždėmis, kurios gali gyventi ir sportuoti užsienyje (tačiau išlaikyti formalią priklausomybę šaliai) ir visiškai nereprezentuoti atstovaujamos šalies nacionalinių sporto ypatumų. Kitaip tariant, panaudojama globaliai atpažįstama žinomumo valiuta, bet ne lokaliai apribotas nacionalinio herojaus statusas.

Nuo pat Nepriklausomybės atgavimo pradžios Lietuvos sportininkus lydėjo sėkmė. Kiekvienų olimpiados žaidynių šventimą savo tautai jie pagardindavo įvairaus taurumo medaliais. Tokio mažumo šaliai tokio didumo renginyje pergalė yra nusiūsti bent kelis šalies sportui atstovaujančius dalyvius. O ką jau kalbėti apie bent vieno medalio iškovojimą. Kita vertus, nėra paslaptis, jog iškovotų medalių kiekis tapo šalių reitingavimo paspirtimi. Tačiau ką tai reiškia? Ar tai atspindi šalių nugalėtojų didybę, demonstruoja lyderystę, skatina lygiuotis į nugalėtojus? Anaipol. Visada daugiausia medalių iškovoję ir iškovos didžiosios, turtingosios šalys, o mažosios tokiuose reitinguose pasmerktos likti paribyje. Toks laimėjimų sudaiktinimas, mechaniškai skaičiuojant medalius, tarsi nubraukia tokių mažų valstybių kaip Lietuva laimėjimus. Juk tokių sąrašų skaitytojų žvilgsniai visada krypta į viršų – ten, kur skaičiai išpūdingiausi. Tačiau jokiose reitingų išklotinėse nerasime prieraišo, pažymintčio kad ir vieno medalio reikšmę šalies sirgaliams. Galiausiai, jokie reitingai neatspindi tų atvejų, kai sportininkai padovanoja žiūrovams išpūdingas kovas, tačiau lieka be medalių. Reitingai, afišuojantys vartojimo prasme imlius šalies pasirodymo žaidynėse bruožus, sumenkina nacionalinę sporto laimėjimų reikšmę.

Globalus sporto sudaiktinimo procesas sparčiai populiarėja ir skverbiasi vis giliau. Iškovotų medalių skaičius visais laikais buvo svarbus šalies pasi-

rodymo olimpinėse žaidynėse indikatorius, tačiau šiandien keičiasi šio indikatorius reikšmė.

„Išpūdingumą“, kai siekiant sukurti patrauklų reginį žiūrovams remiamasi įvairiomis sporto kaip pramogų verslo implikacijomis, ir būtų galima traktuoti kaip globalizacijos poveikį nacionalizmo reprezentacijai. Tariamai svarbiausių sporto įvykių aktualizacija žiniasklaidoje skatinant „švęsti“ reitingus, greitas pergalės, bet ne pačią sportinę kovą (o ką jau bekalbėti apie vertybes), iš tiesų reprezentuoja vartotojišką sporto sampratą ir atspindi globalizacijos tendencijas. Minėtasis „išpūdingumo“ bruožas silpnina individualius gebėjimus atpažinti ir pripildyti sportą nacionalinių savitumų.

Peršasi prielaida, jog per olimpinės žaidynės vis labiau ima dominuoti šalių pozicionavimas (pristatymas), o ne reprezentacija (atstovavimas), t. y. ne kažkokių autentiškų šalies savybių atspindėjimas, bet kažkokių visame pasaulyje dominuojančių ypatumų raiškos konkrečioje šalyje pateikimas. Stebint žaidynes vis rečiau pastebimas šalies sportinių laimėjimų sugretinimas su šalies socialine ir politine situacija, su sporto mokslo, kultūros, švietimo atradimais ir laimėjimais, bet vis dažniau išskyla ekonominių ir vartotojiškų (kaip kad minėtų medalių skaičiavimas, sporto žvaigždžių išryškinimas ir kt.) bruožų reikšmė.

### 2. Nacionalinės savimonės ugdymas per sportą

Šalių reprezentacijos olimpinėse žaidynėse kaitos tendencijos turi poveikį nacionalinės savimonės ugdymui. Lietuvos Nepriklausomybės tradicija buvo pertraukta sovietinės okupacijos (kai ir lietuviškasis sportas oficialiai buvo dingęs iš tarptautinių sporto žemėlapių), o sportas itin prisidėjo tiek prie šalies reprezentacijos pasaulinėje arenoje, tiek prie nacionalinės savimonės ugdymo. Po Nepriklausomybės atgavimo su Lietuvos rinktine varžybose dalyvavusiems sportininkams reikėjo pradėti „nuo nulio“ ir įrodinėti pasauliui lietuviškojo sporto ypatybes ir pranašumus. Pirmieji krepšininkų ir R. Ubarto medaliai Barselonoje 1992 m. neabejotinai reiškė daug daugiau nei vien olimpinę bronžą ir auksą.

Tiek sportininkai, tiek sirgaliai džiūgavo matydami, jog lietuviškasis sportas lygiavertis didžiųjų valstybių sportui ir pajėgus įsitvirtinti sporto elite. Sėkmingas sportininkų pasirodymas olimpinėse žaidynėse bylojo ne vien apie lietuviškojo sporto pajėgumą, bet ir stiprino Lietuvos valstybės įvaizdį tarptautiniame kontekste. Ne paslaptis, jog mažai šaliai yra sunku lygiavertiškai prisistatyti pasauliui šalia tokių regiono valstybių kaip Rusija, Lenkija, Suo-

mija, Švedija ir t. t. Didelė pasaulio dalis iki Barcelonos žaidynių apskritai nežinojo apie Lietuvos egzistavimą. Nacionalinis sportas smarkiai prisidėjo prie to, jog ši situacija iš esmės pasikeistų jau per keletą metų po Nepriklausomybės atkūrimo.

Sportininkų palydėtuves į olimpinės žaidynes yra didžiulis įvykis, atspindintis tiek individualius kiekvieno sportininko laimėjimus, tiek visos šalies sporto pergales. Tai tampa reikšmingu sporto kultūros įvykiu. Visos šalys, nepriklausomai nuo jų dydžio, finansinės ar geografinės padėties, net nepaisant politinio režimo, didžiuojasi savais sportininkais. Tačiau mažoms valstybėms, turinčioms mažiau finansinių išteklių, kuklesnę infrastruktūrą, galiausiai ribotus pačių sportininkų išteklius, dalyvavimas, o juo labiau pergalės yra didžiulis laimėjimas, liudijantis nacionalinius sporto ypatumus ar net pranašumus, leidžiančius lygiavertiškai konkuruoti aukščiausiu lygiu nepaisant minėtų išteklių ribotumų. Šie sporto ypatumai skatina didžiavimąsi savo nacionaliniu sportu ir neabejotinai prisideda prie nacionalinės savimonės ugdymo.

Pergalė olimpinėse žaidynėse – tai tarsi ilgametį triušą vainikuojantis rezultatas. Žinoma, jis dėl įvairiausių priežasčių ateina ne visada. Todėl primygtinis ar net prievartinis pergalių reikalavimas nėra nei teisingas, nei sąžiningas, galiausiai ir malonumo neteikiantis. Žaidynės, tiek sportininkams, tiek žiūrovams, visų pirma turėtų būti malonumo, o ne prievartos placdarmas. Dalyvavimas olimpinėse žaidynėse – tai tam tikra emocija, kuri šiandien patenka po nauju, globalizacijos ir vartotojiškumo išbandymų stiklu. Klausdami, kaip pasirodė mūsų atstovai, vis dažniau mintyje turime užimtą vietą galutinėje įskaitoje, bet ne atleto pastangas įveikiant asmeninių galimybių ribas ar nacionalinio sporto savitumų reprezentavimą.

### **3. Sportininkų mobilumas**

Paskutinis ir, ko gero, vienas aktualiausių nacionalizmo ir globalizacijos dialektikos veikiamų bruožų – sportininkų mobilumas. Klubinėse komandose jau seniai įpratome prie situacijos, kai komandos branduolį neretai sudaro legionieriai, bet ne vietiniai žaidėjai. Šis globalizacijos įgalintas procesas ima skverbtis ir į nacionalinių komandų sritį. Čia jis žinomas sportininko natūralizacijos pavadinimu. Nors tai šiek tiek skirtingi reiškiniai, šiame straipsnyje vartojami sinonimiškai, taip yra daroma pasiremiant prielaida, jog abiem atvejais sportininką siekiama pritraukti vardan greitos pergalės (bet ne siekiant pakelti nacionalinio sporto lygį ar jį praturtinti).

Tai nėra itin naujas fenomenas. Sportininkų natūralizacija vyko ir seniau, tačiau šiandien ji reiškiasi itin drastiškai. Beveik neabejotina, jog globaliame pasaulyje ši problema tik stiprės ir taps ryškiausiu tiriamos dialektikos įtampos tašku. Sportininkų natūralizacijos procesą įgalina nacionalinių sentimentų redukcija, pragmatinės naudos sureikšminimas, taip pat globalizacijos skatinamas nevaržomas judėjimas ir greitų pergalių siekimas. Nacionalizmas bando tam priešintis, prioritetą teikdamas ne greitoms pergalėms, bet nacionalinių sporto savitumų ir laimėjimų nulipdytoms pergalėms. Turtingos ir galingos šalys labiau linkusios pasiduoti globalioms tendencijoms ir dar labiau sustiprinti savo sportinę galią, tuo tarsi patvirtindamos globalių interesų reprezentaciją. Mažos šalys labiau linkusios išlaikyti nacionalinį grynumą ir dar labiau pabrėžti savo sporto unikalumą, tuo tarsi patvirtindamos nacionalinių interesų reprezentaciją.

Lietuvai per pastaruosius kelerius metus teko susidurti net su dviem skirtingais sportininkų mobilumo išbandymais. Pirmasis, daugelio, ko gero, jau primirštas, susijęs su talentinga amerikiečių krepšininke Katie Douglas, kuri 2004–2007 metais žaidė Vilniaus TEO moterų krepšinio komandoje. Nuoširdumu pasižyminčiai ir sentimentus Lietuvai reiškiančiai krepšininkei buvo siūloma suteikti Lietuvos pilietybę išimties tvarka, kad ji galėtų sustiprinti moterų krepšinio rinktinę, tikintis sėkmingai pasirodyti Europos bei pasaulio čempionatuose ir siekiant prasibrauti į Pekino olimpinės žaidynes. Tuometinė viešoji erdvė mirgėjo pranešimais apie naudą moterų krepšiniui ir šalies sportui apskritai tuo atveju, jei pilietybė būtų suteikta. Tad suprantamas ir vėliau sekęs masinis nusivylimas išgirdus neigiamą prezidento V. Adamkaus sprendimą pilietybės suteikimo klausimu.

Šiandien, jau prabėgus keleriems metams, ši atvejį galime analizuoti kitoje šviesoje ir diskutuoti apie jo pasekmes. Jis tapo ne tik paties pilietybės suteikimo proceso išbandymu (t. y., ar esame linkę laužyti šalies pilietybės suteikimo tvarką ir taikyti įvairias išimtis, ar vis dėlto linkę laikytis Konstitucijoje įtvirtintų pilietybės suteikimo nuostatų), bet ir savotišku lakmuso popierėliu, iliustruojančiu vertybinę prioritetų sistemą (t. y., ar mums svarbiau greitos pergalės, ar vis dėlto garbinga, nors galbūt ir nesėkminga sportinė kova, grįsta nacionalinio sporto laimėjimais). Sporto pergalės visada pamalonina ir sukelia žiūrovams malonius jausmus. Viena vertus, galima sakyti, kad pergalės didina sporto prestižą,

tačiau, kita vertus, turint galvoje, jog jos kaina ir siekimo priemonės grįstos politinės, o ne sportinės veiklos rezultatais, būtų galima manyti ir kitaip.

Antrasis išbandymas yra visai nesenas, ilgą laiką kaustęs visos šalies sporto sirgalių dėmesį ir taip pat apipintas įvairiausių vertinimų, susijęs su penkiakovininke Donata Rimšaitė. Ši perspektyvi sportininkė, su kuria buvo siejamos olimpinės viltys, nustebino daugelį šalies sporto mėgėjų. 2010 m. pabaigoje ji netikėtai pareiškė, jog keliasi gyventi į kaimyninę Rusiją. Netrukus ištekėjo už Rusijos piliečio, o vėliau paskelbė, jog ketina šiai šaliai atstovauti 2012 m. Londono žaidynėse. Toks sprendimas netikėtai nustebino tiek sporto administratorius, tiek sporto bendruomenę, tiek sporto sirgalius. Pati atletė kurį laiką buvo atsivėrusi tylos siena ir savo poelgio motyvų neaiškino. Tik vėliau, kai Lietuva įnirtingai pasipriešino ir vadovaudamasi Olimpinėje chartijoje numatytomis galimybėmis nesuteikė leidimo lietuvei atstovauti kitai šaliai, atletė viešai prabilo, jog jos sprendimas neva paremtas asmeniniais, bet ne pragmatiniais ar juo labiau politiniais sumetimais. Sprendžiant iš Lietuvos sporto administratorių elgesio, jų tokia argumentacija neįtikino. Priešingai, jie tvirtino, jog penkiakovininkės sprendimas buvo paremtas Rusijos sporto administratorių įtikinėjimais ir geresnės gerovės pažadais sportininkei. Kad ir kaip būtų, pagal tarptautines taisykles, pakeitęs pilietybę sportininkas, savo naujajai šaliai gali atstovauti olimpinėse žaidynėse tik po trejų metų arba gavęs pirmosios šalies sutikimą. Siekdama šio sutikimo, Rusija įvairiomis priemonėmis skirtinguose politikos lygiuose spaudė Lietuvos sporto administratorius. Tačiau 2012 m. sausio 27 d. LTOK Generalinė asamblėja nutarė netenkinti Rusijos olimpinio komiteto ir Rusijos šiuolaikinės penkiakovės federacijos prašymo taip užtrenkdama šios šalies pilietybę priėmusiai sportininkei duris į 2012 m. Londono olimpines žaidynes.

Ši istorija atkreipė sprendimų priėmėjų dėmesį, jie suskubo peržiūrėti olimpiečių finansavimo mechanizmus ir atsižvelgė į kintančias sportininkų vertinimo tendencijas. Šiame pavyzdyje besiskleidžianti globalizacijos ir nacionalizmo dialektika atkreipia dėmesį į du dalykus: šalies požiūrį į nacionalinį sportą / sportininkus ir kitų šalių požiūrį į (šiuo atveju) mūsų sportą / sportininkus. Reikalas tas, kad tokie globalūs procesai, kaip kylančios sportininkų gerovės ir materialinio aprūpinimo sąlygos, verčia į tai atsižvelgti kiekvienos šalies sporto administratorius. Kitaip tariant, nacionalinis sportas, nepaisant

nacionalistinių sentimentų, privalo būti vertinamas globalių procesų išraiška (pvz., sukuriant patrauklias sąlygas sportininkams). Kita vertus, galima įsitikinti, kaip globalizacijos palaikomas takumo vyksmas bando išplauti nacionalinius prioritetus įtvirtindamas nevaržomo judėjimo laisvę. Reikalas tas, jog šiandien nacionalinis sportas tarsi neprivalo remtis vietiniais, autentiškais sportininkais, bet gali būti papildytas kitos tautybės sportininkais. Taigi, sportininkų natūralizacija tampa globalių normatyvų įsitvirtinimo išraiška.

Globalios tendencijos akivaizdžiai skverbiasi gilyn į sporto pasaulį. Beprecedentė D. Rimšaitės istorija, kai naujieji sielų medžiotojai, iki ausų apsiginklavę vartotojiškos visuomenės ginklais, pažadėję nerūpestingą rytojų, suvedžiojo stambų laimikį Lietuvos sporto jūroje. Deja, nei jiems kliuvo, nei „suviliotajai“ sportininkei pasisekė. Visa tai atskleidžia naujų tendencijų ypatumus, kurie nei sporto puoselėjimu, nei realia pagalba (ar juolab pagarba) atletams nepasižymi. Audringose diskusijose būta nemažai nuomonių, jog Lietuva turėjo suteikti leidimą ir išleisti sportininkę atstovauti Rusijai. Tada bent jau atletės karjera būtų išsaugota. Tačiau Lietuvos tvirta pozicija buvo grįsta ne kerštu Rusijai ar juo labiau siekiu sužlugdyti sportininkės karjerą (galbūt išskyrus variantą, jog kažkuris sporto administratorius galėjo turėti asmeninių keršto sąskaitų, kurios autoriui nėra žinomos). Manding, taip elgtasi siekiant apginti nacionalinį sportą.

Nepriėmusi anksčiau minėtos K. Douglas ir neišleidusi D. Rimšaitės, Lietuva aiškiai parodė savo prioritetus globalizacijos ir nacionalizmo dialektikoje. Deja, tai anaipol nereiškia, jog kažką šiose situacijose išlošė. Prioritetai nacionaliniam sportui ir atsisakymas greitų pergalių vaikymosi parodė nacionalizmo gyvybingumą Lietuvoje. Tačiau pasaulis dėl to nepasikeitė, o globalių tendencijų normatyvai nenustos mūsų atakuoti ateityje.

### **Apibendrinimas**

Nykstančius nacionalizmo bruožus profesionaliame sporte maskuoja beįsigalinčios globalizacijos kaukės šviesa. Dažnai nei vidiniai nacionalinių savitumų, nei išoriniai globalizacijos procesų pasekmių prieštaravimai konkrečios šalies sportui nėra diskutuojami. Simboliniai pagyrimai ir prioritetai globalizacijos vyksmui, kritiškai neapmąstant prievartinio šio proceso bruožų ir vengiant diskusijos apie naujoviškas nacionalinio sporto segregacijos formas, yra pateikiami kaip šiuolaikinio egzistencinio būvio

esmė, tarsi bendros gerovės prielaida, kaip perspektyviausia sporto raidos forma.

Besikeičiantys tarpsubjektyviai – globalizacijos ir nacionalizmo dialektikos – santykiai yra pavyzdys, kaip vietinės bendrijos praranda gebėjimą kurti prasmes tokiems vietiniams fenomenams, kaip kad nacionalinis sportas, ir vis labiau ima priklausyti nuo tokių prasmę teikiančių ir ją interpretuojančių veiksmų, kurių pačios nebet kontroliuoja.

Apžvelgus globalizacijos ir nacionalizmo dialektiką, besireiškiančią trijuose pasirinktuose teiginiuose, galima matyti kintančius hegemoninius normatyvus ir jų bandymus įsitvirtinti. Sportininkų natūralizacija, maskuojančiai vadinama mobilumu, didžiosioms valstybėms nusiurbiant talentingiausius mažų šalių sportininkus, leidžia galingoms valstybėms dar labiau auginti sportinę galią ir laimėti daugiau medalių. Tai įgalina pozicionuoti save, akcentuojant globalizacijos pripažįstamas savybes, kaip labai pajėgią, talentų pripildytą šalį. Šios tendencijos atitinkamai formuoja nacionalinę savimonę. Didžiausias šalis pristatant kaip šiuolaikines, daugiakultūres, globalias tendencijas įkūnijančias valstybes, pateisinama globalios tvarkos galia. Galiausiai visa tai suteikia papildomų pranašumų įtvirtinant globalizacijos prioritetus nacionalizmo atžvilgiu. Taip formuojasi savęs pateisinimo sistema, redukuojanti nacionalizmo raišką, suteikiant jai naujoviškas interpretacijas, ir kartu legitimuojanti globalizacijos raišką. Olimpinių žaidynių kontekste globalizacijos ir nacionalizmo dialektikos raiška gana ryški, tačiau konkrečios jos formos iš dalies yra nulemtos žaidynių struktūros, greičiausiai todėl ji skleidžiasi nekasdieniais pavidalais ir žadina akademinį smalsumą.

Viešai nediskutuojamas nacionalizmo ir globalumo sporte santykis tarsi mistifikuoja abiejų reiškinių esmę. Juk tiek nacionaliniai sentimentai, tiek globalizacijos plėtra anaiptol nėra savaiminis blogis, veikiau nauja tikrovė, pasižyminti savitomis dialektikos formomis. Akivaizdu, kad profesionalus sportas gali praturtėti derėdamasis su abiem šiuolaikinės tvarkos nustatymo šeiminkais. Todėl dialektikos raiška konkrečios šalies atveju yra sąlyginė, atskleidžianti konkrečius pasirinkimus beiškeičiančių, tačiau neišvengiamų akivaizdybių kontekste.

#### LITERATŪRA

1. Bauman, Z. (2007). *Globalizacija. Pasekmės žmogui*. Vilnius: Apostrofa.
2. Bernstein, A. (2000). „Things you can see from there you can't see from here“: Globalization, Media, and the Olympics. *Journal of Sport and Social Issues*, 24/4, 351–369.
3. Blain, N., Boyle, R. and O'Donnell, H. (1993). *Sport and National Identity in the European Media*. Leicester: Leicester University Press.
4. Castells, M. (2004). *Identiteto galia. Informacijos amžius: ekonomika, visuomenė ir kultūra*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
5. Darnell, S. C., Sparks, R. (2005). Inside the promotional vortex: Canadian media construction of Sydney Olympic triathlete Simon Whitfield. *International Review for the Sociology of Sport*, 40(3), 357–376.
6. Elder, C., Pratt, A., Ellis, C. (2006). Running race: reconciliation, nationalism and the Sydney 2000 Olympic Games. *International Review for the Sociology of Sport*, 41(2), 181–200.
7. Gidens, A. (2005). *Sociologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
8. Genys, D. (2011). Nuo vertybinio idealizmo iki pragmatinės komercijos? Olimpinės vertybės ir jų kaita. *Sporto mokslas*, 1(63), 5–12.
9. Hogan, J. (2003). Staging the nation: gendered and ethnicized discourses of national identity in Olympic opening ceremonies. *Journal of Sport and Social Issues*, 27(2), 100–123.
10. Hoberman, J. (1986). *The Olympic Crisis: Sport, Politics, and the Moral Order*. Nex Rochelle, New York: Ariste D. Carataz.
11. International Olympic Committee (2004). *Athens 2004, Games of the XXVIII Olympiad, 2004*. Prieiga per internetą: [http://www.olympic.org/uk/games/past/index\\_uk.asp?OLGT=1&OLGY=2004](http://www.olympic.org/uk/games/past/index_uk.asp?OLGT=1&OLGY=2004). Žiūrėta 2009 m. kovo 20 d.
12. International Olympic Committee (2007). *Olympic Charter*. Prieiga per internetą: [http://multimedia.olympic.org/pdf/en\\_report\\_122.pdf](http://multimedia.olympic.org/pdf/en_report_122.pdf). Žiūrėta 2009 m. balandžio 22 d.
13. Knight, G., MacNeill, M., Donnelly, P. (2005). The disappointment games: narratives of Olympic failure in Canada and New Zealand. *International Review for the Sociology of Sport*, 40(1), 25–51.
14. Lee, J. W., Maguire, J. (2009). Global festivals through a national prism: The global national nexus in South Korean media coverage of the 2004 Athens Olympic Games. *International Review for the Sociology of Sport*, 44/1, 5–24.
15. Lippe, G. (2002). Media image: sport, gender and national identities in five European countries. *International Review for the Sociology of Sport*, 37(3–4), 371–395.
16. Lucas, J. A. (1992). *The Future of the Olympic Games*. Champaign, IL: Human Kinetics.
17. Oxlade, Ch., Ballheimer, D., (2000). *Olimpinės žaidynės*. Vilnius: Alma litera.
18. Puijk, R. (2000). A global media event?: Coverage of the 1994 Lillehammer Olympic Games. *International Review for the Sociology of Sport*, 35(3), 309–330.
19. Rathke, A., Woitek, U. (2008). Economics and the Summer Olympics: An efficiency analysis. *Journal of Sports Economics*, 9(5), 520–537.
20. Riess, A. S. (1995). *Sport in Industrial America, 1850-1920*. Wheeling (III): Harlan Davidson.

21. Roche, M. (2003). Mega-events, time and modernity: on time structures in global society. *Time Society*, 12/1, 99–126.
22. Sabo, D., Jansen, S. C., Tate, D., Duncan, M. C. (1996). Televising international sport: race, ethnicity, and nationalistic bias. *Journal of Sport & Social Issues*, 20(1), 7–21.
23. Senn, A. E. (1999). *Power, Politics and the Olympic Games*. Human Kinetics.
24. Stonkus, S. (2000). *Olimpinis sportas, Olimpijos ir olimpinės žaidynės*. Kaunas: Šviesa.
25. Tomlinson, A. (2005). The Commercialization of the Olympics: cities, corporations, and the Olympic Commodity. *Research in the Sociology of Sport*, 3, 179–200.
26. Wang, W., Theodoraki, E. (2007). Mass sport policy development in the Olympic City: the case of Qingdao - host to the 2008 sailing regatta. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 127(3), 125–132.
27. Apklausa: Kas Jus labiausiai skatina didžiuotis savo šalimi? (2008 rugpjūčio 27). *Lietuvos rytas*, 194, 2.

## OLYMPIC GAMES AS AN INTERACTION FIELD FOR NATIONAL AND GLOBAL INTERESTS

**Dr. Dainius Genys, Rūta Vainauskaitė**  
Vytautas Magnus University

### SUMMARY

In our days the Olympic Games reflect the dialectical relationship between globalization and nationalism. On the one hand, the Olympics are an important actor in the process of globalization and at the same moment the attribute of the global world. On the other hand, the structure of Olympics encourages fostering of national sports and because of that the Olympics become an important defence bastion for national values. Deconstructing this contraposition dialectics helps to explain the priorities and options of the countries (participating in the Games) in favour of globalization or nationalism. Sustained structure of the Olympic Games evidently frames the real state of studied dialectics.

The aim of this article is to analyze and compare the expression of global and national interests in the context of the Olympic Games. In order to achieve the aim the following tasks were defined: 1) to analyze the relation between the Olympics and globalization; 2) to analyze the relation between the Olympics and nationalism; 3) to compare the expression of national and global interests in the Olympic Games. In achieving the tasks scientific literature systemic review and comparative analysis methods were applied.

The review of the dialectics between globalization and nationalism in the three tasks (mentioned above)

shows the changing hegemonic norms and the growing effort to establish it. The naturalization of athletes (secretly called athletes mobility) allows for powerful countries growing even stronger sports power. This enables to position the country itself as a very capable and talented one emphasizing the appreciable features of globalization. Such tendencies shape national consciousness presenting the big countries as modern, multicultural and aware of global tendencies. Finally, all this gives the benefits consolidating globalization's norms in point of nationalism. Because of that the system of self-justification is formed. Such a system reduces the expression of nationalism by giving new interpretations and legitimating of globalization's expression. The dialectics expression of globalization and nationalism is visible in the context of the Olympic Games. However, its specific forms are partly determined by the structure of the Games.

The relation of nationalism and globalization in sport is not discussed in public, but it sort of mystifies the features of both processes. Both the national sentiments and the development of globalization is far from being an evil itself, but rather is a new reality with the unique forms of dialectics.

*Keywords:* globalization, nationalism, dialectics, Olympic Games.

Dainius Genys  
Vytauto Didžiojo universiteto Sociologijos katedra  
K. Donelaičio g. 58, LT-44248 Kaunas  
El. paštas: d.genys@smf.vdu.lt

# SPORTO MOKSLO TEORIJA THEORY OF SPORT SCIENCE

## Kūno kultūros mokytojų darbinių stresorių ir sociodemografinių kintamųjų sąsajos

*Andrius Stočkus, prof. habil. dr. Eugenija Adaškevičienė  
Klaipėdos universitetas*

### Santrauka

*Straipsnyje siekta nustatyti kūno kultūros mokytojų pedagoginiame darbe patiriamus stresorius. Tyrimo tikslas – nustatyti kūno kultūros mokytojų darbinius stresorius ir jų sąsajas su sociodemografiniais kintamaisiais. Tyrime dalyvavo 118 kūno kultūros mokytojų, dirbančių bendrojo lavinimo mokyklose. Duomenys buvo renkami naudojant darbinių stresorių ir sociodemografinį klausimynus. Gauti duomenys apdoroti taikant parametrinę statistiką, naudotas Mann-Whitney (U) kriterijus.*

*Tyrimas parodė, kad kūno kultūros mokytojai svarbiausiais streso šaltiniais savo darbe įvardija įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausą, švietimo sistemos reformas ir didelę atsakomybę už mokinius. Netinkamos darbo sąlygos, psichologinis klimatas mokykloje, darbas su skirtingos lyties moksleivių grupėmis, problemos su moksleivių tėvais kūno kultūros mokytojams beveik nekelia streso. Jaunesniems ir mažesni pedagoginio darbo stažą turintiems mokytojams didelis skaičius mokinių sporto salėje kelia didesnę stresą nei jų vyresniems ir ilgiau dirbantiems kolegoms. Vyresni ir ilgiau dirbantys kūno kultūros mokytojai pažymėjo, kad jiems stipresnis darbinis stresorius yra didžiulė atsakomybė už kitus, įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausa, kūno kultūros mokytojo darbo neįvertinimas. Vyrų yra nepatenkinti mažais atlyginimais, o moterys nurodo, kad kitų dalykų mokytojų požiūris į kūno kultūrą kelia nepasitenkinimą darbu. Mokytojams vyrams mažas atlyginimas, o mokytojoms moterims kitų pedagogų požiūris į kūno kultūrą sukelia stresą. Mieste dirbantys mokytojai moksleivių nepagarbą ir didelį mokinių skaičių klasėse vertino kaip didesnę stresorių nei rajonuose dirbantys kūno kultūros mokytojai. Kūno kultūros mokytojai, dirbantys gimnazijose, konkurenciją mokymo įstaigoje vertina kaip stipresnę stresorių nei pedagogai, kurie dirba pagrindinėse ar vidurinėse mokyklose.*

**Raktažodžiai:** kūno kultūra, mokytojai, stresas.

### Įvadas

Streso sąvoka pasaulyje šiandien labai populiaru ir dažnai vartojama, ypač gyvenimo srityse, kurios susijusios su darbu, profesija. Problemos darbe yra dažniau susijusios su nusiskundimais sveikata nei finansinės ar šeimininės problemos.<sup>1</sup> Europos saugos ir sveikatos agentūros (EU-OSHA) duomenimis, dėl streso darbe patirti ekonominiai nuostoliai Europos valstybėms 2002 metais kainavo 20 mlrd. eurų. Todėl susidomėjimas darbinio streso tema yra pagrįstas ir susilaukia vis daugiau tyrėjų dėmesio.

Streso darbe problema neaplenkė ir profesijų, susijusių su ugdymu. Daugelio autorių (Bulotaitė, Lepeškieienė, 2006; Bulotaitė ir kt., 2008; Chaplain, 2008; Tonder, Williams, 2009; Brudnik, 2009; Clausen, Petruka, 2009; Ozan, 2009; Bubelienė, 2010) teigimu, pedagogo profesija priklauso tai kategorijai, kuriai būdinga nuolatinė įtampa, padidėjęs nerimas, neigiamos emocijos, stresas, kuris „Psichologijos žodyne“ (1993) apibūdinamas kaip žmogaus būseną, kylanti dėl įvairių ekstremalių poveikių, t. y. stresorių. Stresorius – nepalankus veiksnys,

sukeliantis nerimą, neigiamas emocijas – stresą. Pradėjus domėtis streso problemomis profesinėje veikloje, atsirado apibrėžimai, skirti darbo kontekstui. Darbiniai stresoriai – tai darbuotojo suvokiami įvykiai darbo aplinkoje ir už jos ribų, kurie turi poveikį pasitenkinimui darbu, produktyvumui ir psichinei sveikatai (Hammer et al., 2004). Stipriausi ir skaudžiausi mokytojų suvokiami stresoriai, atsirandantys makrolygmens kontekste (Bubelienė, 2010), yra nuolatinės švietimo sistemos reformos, profesijos prestižo mažėjimas, per didelis darbo krūvis, menkas atlygis. Dažniausiai įvardijamos problemos, sukeliančios pedagogams stresą ir kitus neigiamus jausmus, yra mokytojo vaidmenų konfliktai, netikrumas dėl ateities, blogi santykiai su kolegomis, mokiniais ir nepaklusnūs auklėtiniai. Bulotaitė, Lepeškieienė (2006) mokytojų streso šaltinius skirsto į šešias kategorijas:

- švietimo sistemos ir socialiniai pokyčiai;
- vaidmenų konfliktai ir vaidmenų sumaištis;
- blogos fizinės ir socialinės darbo sąlygos;
- probleminiai mokiniai;
- prasti profesiniai santykiai ir bendradarbiavimas su kolegomis;
- probleminiai mokytojai.

<sup>1</sup> Europos darbuotojų saugos ir sveikatos agentūra (EU-OSHA) 2010 m. birželio 3 d. „2007–2012 m. Bendrijos darbuotojų sveikatos ir saugos strategijos vidurio laikotarpio peržiūra“ (konferencija).

Stresas darbe gali sukelti depresinę nuotaiką, nerimą, nervingumą, nuovargį, o ilgai ir sunkias ligas. Nuolatinio ir neįveikiamo streso akivaizdoje išskyla reali grėsmė formuotis perdegimo sindromui (Maslach, 2001; Dirgėlienė, Večkienė, 2009). Tai emocinio, psichinio ir fizinio išsekimo būseną, susiformuojanti veikiant ilgalaikiams neišspręstiems stresams, kylantiems darbo situacijose (Maslach, 2001). Stresas taip pat labai smarkiai veikia darbo našumą, kūrybingumą ir konkurencingumą (Bubeliene, 2010). Labai svarbu ir tai, kad stresą, o dar blogiau – perdegimo sindromą patiriančio mokytojo asmenybės savybių kaita palieka žymes ir kitame žmoguje (Мерзлякова, 2008).

Kalbant apie mokytojo profesiją ir stresą būtina paminėti, kad įvairių specialybių mokytojų reikšmingumas ugdymo procese vertinamas skirtingai. Kardelienė (2008) teigia, kad neegzaminuojami dalykai edukacinėje sistemoje vertinami prasčiau, nes jie yra periferiniai mokyklos pagrindinės instrumentinės funkcijos atžvilgiu. Dėl to smunka statusas tų mokytojų, kurie yra neakademių mokomųjų dalykų specialistai. Tyrimų duomenys (Silverman, Subramaniam, 1999; Panczyk, 2005) rodo, kad kūno kultūros mokytojus mokiniai vertina daug prasčiau nei kitų dalykų pedagogus. Tai yra dar vienas labai svarbus neigiamas kūno kultūros mokytojo profesijos ypatumas, todėl darbinio streso tema kūno kultūros mokytojams atrodo dar reikšmingesnė.

Pasaulyje yra nemažai šalių, kuriose kūno kultūros mokytojai vertinami prasčiau nei kitų specialybių mokytojai, o pati kūno kultūra nesulaukia reikiamo mokyklos administracijos, kitų dalykų mokytojų, moksleivių, jų tėvų dėmesio (Hardman, 2008; Krawanski, 2009). Kūno kultūros mokytojų darbo specifika yra unikali ir kardinaliai skiriasi nuo kitų ugdymo proceso dalyvių veiklos (Fejgin et al., 1995). Visų pirma tai siejama su materialine baze, kurioje organizuojamos pamokos (sporto salė, stadionas, žaidimų aikštynas ir kt.), sporto įrangos ir inventoriaus kiekybe ir kokybe. Kūno kultūros mokytojo darbas labai priklauso nuo sudarytų ugdymui sąlygų, kartais pamokų kokybę gali lemti besikeičiančios gamtinės sąlygos (pamokos atvirame ore). Taip pat ugdymo procese dažnai kyla problemų dėl moksleivių saugumo ir tvarkos per pamokas, nes suvaldyti aktyviai judančius mokinius yra sunkiau, nei ramiai sėdinčius klasėse. Todėl kūno kultūros mokytojų darbinio streso ir kiti tyrimai turi būti atliekami atsižvelgiant į kūno kultūros dalyko specifiką. Lietuvoje pedagogų darbinio streso tyrimų yra ne-

daug (Bagdonas, 2004; Bulotaitė, Lepeškie, 2006; Bubeliene, 2007; Bulotaitė ir kt., 2008; Dirgėlienė, Večkienė, 2009; Bubeliene, 2010), o darbų, kuriuose nagrinėjamos kūno kultūros mokytojų streso problemos, rasti nepavyko. Todėl būtina labiau išsiginčyti į šią **mokslinę problemą**: kokie stresoriai būdingi kūno kultūros mokytojų darbui, kokios jų sąsajos su sociodemografiniais kintamaisiais.

**Tyrimo objektas** – kūno kultūros mokytojų darbiniai stresoriai ir jų sąsajos su sociodemografiniais kintamaisiais. **Tyrimo tikslas** – ištirti kūno kultūros mokytojų darbinis stresorius ir nustatyti jų sąsajas su sociodemografiniais kintamaisiais.

### Tyrimo metodai ir organizavimas

Tyrimo dalyvavo 118 kūno kultūros mokytojų iš įvairių Lietuvos miestų bei rajonų (Kauno, Šiaulių, Šiaulių rajono, Tauragės, Pakruojo). Fiksuoti sociodemografiniai kintamieji pateikti 1 lentelėje.

1 lentelė

#### Tiriamųjų sociodemografiniai duomenys

Amžius	Iki 35 m.	Per 35 m.	M/SD
	27,1 %	72,9 %	44,7 ± 8,6
Lytis	Vyras	Moteris	
	58 %	42 %	
Darbo stažas	Iki 10 m.	Per 10 m.	M/SD
	26,3 %	73,7 %	20,7 ± 9,9
Darbo krūvis	Nuo 8 iki 28 val./sav.	M/SD	
		20,5 ± 5,4	
Geografinė mokyklos padėtis	Miesto mokykla	Rajono mokykla	
	65,3 %	34,7 %	
Pedagoginė kvalifikacija	Mokytojas	Vyr. mokytojas	Metodininkas
	7,6 %	42,4 %	50 %
Mokyklos tipas	Pradinė mokykla	Vidurinė mokykla	Gimnazija
	29 %	22,9 %	38,1 %

*Pastaba: M/SD – vidurkis/standartinis nuokrypis*

Taikytas apklausos metodas naudojant du klausimynus:

1. *Darbinio stresorių klausimyną*. Sudarytas remiantis naujausiais įvairių autorių (Bagdonas, 2004; Bulotaitė, Lepeškie, 2006; Dirgėlienė, Večkienė, 2009; Bubeliene, 2010) atliktais mokytojų darbinio streso tyrimų duomenimis. Kūno kultūros mokytojams buvo pateikta 30 jų darbo ypatumų ir buvo prašoma įvertinti kiekvieną iš jų skalėje nuo 1 (visiškai nekelia streso) iki 4 (nuolat kelia stresą).

2. *Sociodemografinį klausimyną*. Buvo fiksuojami šie sociodemografiniai kintamieji: pedagogų lytis; amžius; darbo stažas mokykloje; darbo krūvis; pedagoginė kvalifikacija; geografinė mokyklos, kurioje dirba, padėtis, mokyklos tipas.

Tyrimo duomenims apdoroti taikyti statistinės analizės metodai. Kiekvilinei tyrimo duomenų ana-



lizei naudotas kompiuterinis statistinių programų paketas SPSS 16.0 (*Statistical Package for Social Sciences*), skirtumų tarp tiriamųjų grupių statistiniam patikimumui apskaičiuoti – Mann-Whitney (U) kriterijus.

## Tyrimo rezultatai

### *Kūno kultūros mokytojų darbiniai stresoriai.*

Įvertinus kūno kultūros mokytojų darbo ypatumus, keliančius stresą, visi veiksniai buvo suskirstyti į rangus pagal atsakymų vidurkius. Tyrimo rezultatai pateikiami 2 lentelėje.

2 lentelė

#### *Kūno kultūros mokytojų darbo ypatumai, keliantys stresą*

Eil. Nr.	Kūno kultūros mokytojų darbo ypatumai, keliantys stresą	Vertinimų vidurkiai
1.	Įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausa	2,93
2.	Švietimo sistemos reformos	2,86
3.	Didelė atsakomybė už kitus	2,80
4.	Mažas, nepakankamas atlyginimas	2,78
5.	Visuomenės požiūris į kūno kultūros mokytojo darbą	2,72
6.	Neigiamas kolegų (kitų dalykų mokytojų) požiūris į kūno kultūrą	2,66
7.	Moksleivių motyvacijos kūno kultūrai stoka	2,66
8.	Kūno kultūros mokytojo darbo neįvertinimas	2,66
9.	Konkurencija mokykloje	2,57
10.	Kūno kultūros dalyko nevertinimas moksleivių tėvų	2,54
11.	Moksleivių nepagarba	2,40
12.	Didelis mokinių skaičius klasėje	2,24
13.	Kūno kultūros dalyko nevertinimas moksleivių	2,19
14.	Darbų įvykdymo terminai, skubėjimas	2,14
15.	Didelis mokinių skaičius sporto salėje per pamokas	2,11
16.	Dideli reikalavimai kūno kultūros mokytojui	2,05
17.	Kūno kultūros mokytojo vaidmenų gausa (mokyti, auklėti, prižiūrėti)	1,98
18.	Galimybių daryti karjerą ribotumas	1,95
19.	Informacijos stoka mokykloje	1,92
20.	Neigiamas mokyklos administracijos požiūris į kūno kultūrą	1,87
21.	Triukšmas mokykloje, sporto salėje	1,85
22.	Neigiamas moksleivių požiūris į kūno kultūrą	1,82
23.	Kvalifikacijos kėlimo reikalavimai	1,81
24.	Sudėtingi mokymo programų reikalavimai	1,76
25.	Nuolatiniai tikrinimai, komisijos	1,72
26.	Netinkamos darbo sąlygos mokykloje	1,66
27.	Darbas su priešingos lyties moksleivių grupėmis	1,57
28.	Psichologinis klimatas mokykloje	1,53
29.	Problemos su moksleivių tėvais	1,49

Iš 2 lentelėje pateiktų duomenų matyti, kad kūno kultūros mokytojų įvardyti svarbiausi streso šaltiniai yra: „Įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausa“ bei „Švietimo sistemos reformos“. Panašūs duomenys gauti ir kituose tyrimuose (Bulotaitė, Lepeškie-nė, 2006; Tonder, Williams, 2009), kuriuose dalyva-vo ne tik kūno kultūros, bet ir kitų dalykų mokyto-jai. Rezultatai rodo, kad įvairių specialybių pedago-gams būdingi šie stresoriai, nors jie nėra glaudžiai susiję su tiesioginiu kūno kultūros mokytojo darbu ar pedagogine veikla. Tiesiogiai su kūno kultūros

mokytojo darbo specifika siejamas kitas pedagogų darbo ypatumas – „Didelė atsakomybė už kitus“. Šis darbinis stresorius atsirado trečioje vietoje pagal poveikio stiprumą. Kūno kultūros mokytojo darbo specifika skiriasi nuo kitų pedagogų darbo. Moks-lininkai (Hardman, 2008; Krawansky, 2009; Bru-dnik, 2009) nurodo, kad kūno kultūros mokytojams pamokų metu būtina rūpintis savo ugdytinių fizinės sveikatos saugumu. Tai yra papildomas įtampos ir streso šaltinis. Tyrėjai taip pat teigia, kad responden-tai dažnai susiduria su neigiamu kolegų požiūriu į juos kaip pedagogus. Mūsų tyrimo duomenys rodo, kad būtent „Neigiamą kolegų (kitų mokytojų) požiū-rį į kūno kultūrą“ kūno kultūros mokytojai įvardi-ja kaip veiksnį, keliantį stresą darbe. Taip pat kūno kultūros mokytojams neigiamą įtaką daro ir „Kon-kurencija mokykloje“. Iš Bubelienės (2010) tyrimo rezultatų matyti, kad šis veiksnys taip pat susilaukė gan didelio respondentų pritarimo.

Kaip svarbius ir stiprius darbinius stresorius kūno kultūros specialistai įvardijo: mažą atlyginimą, ne-tinkamą visuomenės požiūrį į kūno kultūros moky-tojo darbą, moksleivių motyvacijos sportuoti stoka, kūno kultūros mokytojo darbo nepakankamą ver-tinimą tarp moksleivių tėvų. Įdomu pažymėti, kad tokie darbo ypatumai, kaip „Netinkamos darbo są-lygos mokykloje“, „Neigiamas moksleivių požiūris į kūno kultūrą“ sulaukė gana žemo mūsų responden-tų vertinimo. Užsienio mokslininkų (Mintz, 2007; Hardman, 2008; Clausen, Petruka, 2009; Brudnik, 2009) tyrimų rezultatai rodo, kad būtent šie veiks-niai sukelia didžiausią kūno kultūros specialistų ne-pasitenkinimą darbu.

***Darbinių stresorių ir sociodemografinių kin-tamųjų sąsajos.*** Darbiniai stresoriai kūno kultūros mokytojų veikloje buvo analizuojami suskirsčius pe-dagogus į grupes pagal įvairius sociodemografinius kintamuosius. Toliau pateikiami tik statistiškai pati-kimi rezultatų skirtumai tarp respondentų grupių.

Išanalizavus tyrimo rezultatus nustatyta, kad ti-riamųjų nuomonės amžiaus aspektu skiriasi dėl šių darbinių stresorių: „Švietimo sistemos reformos“, „Didelė atsakomybė už kitus“, „Didelis mokinių skaičius sporto salėje pamokų metu“. Iš 3 lentelės matyti, kad jaunesniems pedagogams, kuriems ma-žiau nei 35 metai, švietimo sistemos reformos ( $p < 0,0001$ ) ir didelis mokinių skaičius sporto salėje per pamokas ( $p < 0,05$ ) kelia didesnę stresą nei jų vyresniems kolegoms (per 35 metų amžiaus). Vy-resni kūno kultūros mokytojai pažymėjo, kad jiems didesnis darbinis stresorius yra didelė atsakomybė

už kitus ( $p < 0,05$ ). Kitų tyrėjų (Tonder, Williams, 2009; Mukundan, Khandehroo, 2010) duomenimis, jaunesni kūno kultūros specialistai patiria didesnę stresą darbe nei jų vyresni kolegos. Tai paaiškinti galima tuo, kad jaunesni pedagogai dar neturi pakankamai patirties savo darbe, todėl negali kurti įvairių streso ir kitų nemalonių darbo ypatumų įveikimo strategijų, kurios padėtų susidoroti su darbiniiais stresoriais.

3 lentelė

**Respondentų skirstinys pagal patiriamą stresą amžiaus aspektu**

Tiriamieji	Mann-Whitney U	p	Rangų vidurkis
<i>Švietimo sistemos reformos</i>			
Pedagogai, kurių amžius iki 35 metų N = 32	726,000	0,0001	79,81
Pedagogai, kurių amžius per 35 metus N = 86			51,94
<i>Didelė atsakomybė už kitus</i>			
Pedagogai, kurių amžius iki 35 metų N = 32	1042,500	0,05	49,08
Pedagogai, kurių amžius per 35 metus N = 86			63,38
<i>Didelis mokinių skaičius sporto salėje per pamokas</i>			
Pedagogai, kurių amžius iki 35 metų N = 32	1016,000	0,05	70,75
Pedagogai, kurių amžius per 35 metus N = 86			55,31

Kūno kultūros mokytojų darbinių stresorių vertinimas lyties aspektu (4 lentelė) atskleidė, kad mokytojams vyrams mažas atlyginimas kelia didesnę stresą nei moterims ( $p < 0,01$ ). Kai kurių tyrėjų (Zak, Horowitz, 1985; cit. iš Fejgin et al., 1995) duomenimis, visuomenėje vyrauja nuomonė, kad vyro pajamos šeimoje užima pagrindinę, „pirma“ vietą šeimos biudžete, o moters atlyginimas tapatinamas su papildomomis lėšomis. Vyrai materialiai ir socialiai labiau atsakingi už šeimos išlaikymą, todėl galima daryti prielaidą, kad mokytojai vyrai dėl menko atlygio labiau išgyvena. Mokytojoms moterims didesnis stresorius nei jų kolegoms vyrams yra neigiamas kolegų (kitų mokytojų) požiūris į kūno kultūrą ( $p < 0,01$ ).

4 lentelė

**Respondentų skirstinys pagal patiriamą stresą lyties aspektu**

Tiriamieji	Mann-Whitney U	p	Rangų vidurkis
<i>Mažas, nepakankamas atlyginimas</i>			
Vyrai N = 68	1180,000	0,01	67,14
Moterys N = 50			49,11
<i>Neigiamas kolegų (kitų mokytojų) požiūris į kūno kultūrą</i>			
Vyrai N = 68	1202,000	0,01	52,18
Moterys N = 50			69,46

Iš 5 lentelėje pateiktų duomenų matyti, kad pedagogai, dirbantys daugiau nei 10 metų, įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausą laiko stipresniu stresoriumi nei mokytojai, dirbantys iki 10 metų ( $p < 0,05$ ). Itin reikšmingai skiriasi ( $p < 0,001$ ) respondentų vertinimai dėl kūno kultūros mokytojo darbo neįvertinimo. Ilgiau dirbantys pedagogai ši veiksnį įvardija labiau keliančiu stresą nei jų kolegos, kurie dirba mažiau nei 10 metų. Tiriant darbinių stresorių stiprumo vertinimą darbo stažo aspektu taip pat nustatyta, kad kūno kultūros mokytojai, kurie dirba iki 10 metų, jaučia didesnę stresą ( $p < 0,01$ ) dėl didelio mokinių skaičius sporto salėje per pamokas. Kiti tyrėjai (Tonder, Williams, 2009) pažymi, kad klasių dydis yra viena iš opiausių kūno kultūros ugdymo mokykloje problemų, kuri nuolat kelia įtampą, stresą kūno kultūros mokytojams. O mažiau patirties turintys jaunesni pedagogai nesugeba efektyviai dirbti su dideliais ugdytinių srautais pamokose.

5 lentelė

**Respondentų skirstinys pagal patiriamą stresą darbo stažo aspektu**

Tiriamieji	Mann-Whitney U	p	Rangų vidurkis
<i>Dokumentų ir kitų „popierių“ gausa</i>			
Pedagogai, dirbantys iki 10 metų N = 31	1002,500	0,05	48,34
Pedagogai, dirbantys per 10 metų N = 87			63,48
<i>Kūno kultūros mokytojo darbo neįvertinimas</i>			
Pedagogai, dirbantys iki 10 metų N = 31	864,000	0,001	43,87
Pedagogai, dirbantys per 10 metų N = 87			65,07
<i>Didelis mokinių skaičius sporto salėje per pamokas</i>			
Pedagogai, dirbantys iki 10 metų N = 31	970,500	0,01	71,69
Pedagogai, dirbantys per 10 metų N = 87			55,16

Tyrimo rezultatai rodo, kad kūno kultūros mokytojai, dirbantys miesto ir rajono ugdymo įstaigose, skirtingai vertina moksleivių nepagarbą ir didelį ugdytinių skaičių klasėse (6 lentelė). Mieste dirbantys pedagogai moksleivių nepagarbą ( $p < 0,01$ ) ir didelį moksleivių skaičių klasėse ( $p < 0,05$ ) vertino kaip didesnę stresorių nei rajonuose dirbantys kūno kultūros specialistai.

Iš 7 lentelės matyti, kad respondentai, dirbantys gimnazijose, konkurenciją mokykloje vertina kaip stipresnę stresorių nei dirbantys pagrindinėse ar vidurinėse mokyklose ( $p < 0,001$ ). Pagrindinių mokyklų mokytojams tarpusavio konkurencija kelia mažiau streso nei vidurinėse mokyklose ar gimnazijose dirbantiems jų kolegoms ( $p < 0,01$ ). Galima

6 lentelė

**Respondentų skirstinys pagal patiriamą stresą geografiniu aspektu**

Tiriamieji	Mann-Whitney U	p	Rangų vidurkis
<i>Moksleivių nepagarba</i>			
Pedagogai, dirbantys miesto mokyklose N = 77	1174,000	0,01	64,75
Pedagogai, dirbantys rajono mokyklose N = 41			49,63
<i>Didelis mokinių skaičius klasėje</i>			
Pedagogai, dirbantys miesto mokyklose N = 77	1224,500	0,05	64,10
Pedagogai, dirbantys rajono mokyklose N = 41			50,87

7 lentelė

**Respondentų skirstinys pagal patiriamą stresą mokyklos tipo aspektu**

Tiriamieji	Mann-Whitney U	p	Rangų vidurkis
<i>Konkurencija mokykloje</i>			
Pedagogai, dirbantys pagrindinėse mokyklose N = 46	404,500	0,01	32,29
Pedagogai, dirbantys vidurinėse mokyklose N = 27			45,02
Pedagogai, dirbantys pagrindinėse mokyklose N = 46	412,500	0,0001	32,47
Pedagogai, dirbantys gimnazijose N = 45			59,83
Pedagogai, dirbantys vidurinėse mokyklose N = 27	393,500	0,01	28,57
Pedagogai, dirbantys gimnazijose N = 45			41,26

daryti prielaidą, kad didžiausia moksleivių koncentracija yra gimnazijose, čia užtikrinama darbo vieta pedagogui, tai, savo ruožtu, skatina didesnę jų tarpusavio konkurenciją.

**Išvados**

1. Kūno kultūros mokytojų įvardyti svarbiausi streso šaltiniai yra: įvairių dokumentų ir kitų „popierių“ gausa, švietimo sistemos reformos ir didelė atsakomybė už kitus. Tokie stresoriai kaip netinkamos darbo sąlygos mokykloje, darbas su skirtingos lyties moksleivių grupėmis, psichologinis klimatas mokykloje, problemos su moksleivių tėvais kūno kultūros specialistams didelio streso nekelia.

2. Jaunesniems (iki 35 metų) ir mažesni pedago- ginį darbo stažą turintiems (dirba iki 10 metų) pedago- gams didelis mokinių skaičius pamokose sukelia didesnę stresą nei vyresniems ir ilgiau dirbantiems kolegoms. Vyresniems (per 35 metų) ir ilgiau dir- bantiems (ilgiau nei 10 metų) kūno kultūros mo- kytojams stipresni darbiniai stresoriai yra: didžiulė atsakomybė už kitus, įvairių dokumentų ir kitų

„popierių“ gausa, kūno kultūros mokytojo darbo neįvertinimas.

3. Mažas atlyginimas kelia didesnę stresą moky- tojams vyrams nei mokytojoms moterims. Pedago- gės moterys jaučia įtampą darbe dėl neigiamo kitų mokytojų požiūrio į kūno kultūrą.

4. Mieste dirbantys pedagogai moksleivių nepa- garbą ir didelį moksleivių skaičių klasėse vertina kaip didesnę stresorių nei rajonuose dirbantys kūno kultūros mokytojai.

5. Kūno kultūros mokytojai, dirbantys gimnazi- jose, konkurenciją mokykloje vertina kaip stipresnę stresorių nei pedagogai, kurie dirba pagrindinėse ar vidurinėse mokyklose.

**LITERATŪRA**

1. Bagdonas, A. (2004). Mokyklos stresas ir mokyklos baimė: mokytojų nuomonių tyrimas. *Švietimo reforma ir mokytojų rengimas: aktualijos ir perspektyvos: konferencijos pranešimų medžiaga*. Vilnius: VPU.
2. Brudnik, M. (2009). Perception of self-efficacy and professional burnout in general education teachers. *Human Movement*, 10(2), 170–175.
3. Bubelienė, D. (2007). Mokytojų darbinis stresas: konceptualizacija ir empirinės studijos. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 1(12).
4. Bubelienė, D. (2010). *Mokytojų profesinis stresas ir jo redukavimo prielaidos švietimo vadybos bei edukacinėmis priemonėmis: daktaro disertacija*. Socialiniai mokslai, edukologija (07 S). Šiauliai: ŠU.
5. Bulotaitė, L., Lepeškieienė, V. (2006). Mokytojų stresas ir jo įveikos strategijos. *Pedagogika*, 84, 48–52.
6. Chaplain, R. P. (2008). Stress and psychological distress among trainee secondary teachers in England. *Educational Psychology*, 28, 2, 195–209.
7. Chimiel, N., (2005). *Darbo ir organizacijos psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
8. Clausen, K. W., Petruka, D. R. (2009). Tending the garden: case studies in school stress. *Arts Education Policy Review*, 82, 4.
9. Dirgėlienė, I., Večkienė, P. (2009). Streso rizika ir paramos lūkesčiai: socialinių darbuotojų profesinės patirties analizė. *Tiltai*, 1, 143–162.
10. Fejgin, N., Ephraty, N., Sira, D. B. (1995). Work environment and burnout of physical education teachers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 64–78.
11. Hammer, T. H., Saksvik, P. O., Nytro, K., Torvan, H., Bayazit, M. (2004). Expanding the psychosocial work environment: workplace norms and work-family conflict as correlates of stress and health. *Journal of Occupational Health Psychology*, 9(1), 83–97.
12. Hardman, K. (2008). Physical education in schools: A global perspective. *Kinesiology*, 40, 1, 5–28.
13. Kardelienė, L. (2008). Kūno kultūros ir kitų specialybių mokytojų socialinio bendravimo nuostatos. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4(71), 43–48.
14. Krawanski, A. (2009). Pedagogical challenges of physical education. *Studies in Physical Culture and Tourism*, 16, 4.

15. Maslach, C., Schaufeli, W. B., Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422.
16. Mintz, J. (2007). Psychodynamic perspectives on teacher stress. *Psychodynamic Practice*, 13(2), 153–166.
17. Ozan, B. M. (2009). A study on primary school teacher burnout levels: the northern Cyprus case. *Education*, 129(4), 692–703.
18. Panczyk, W. (2005). School physical education and the perspectives of physical activity in the consumer society. In: J. Kosiewicz (Eds.), *Sport, Culture and Society* (pp. 371–379). Warsaw: Akademia Wychowania Fizycznego.
19. *Psichologijos žodynas* (1993). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.
20. Silverman, S., Subramaniam, P. R. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: A review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19, 97–125.
21. Tonder, C. L., Williams, C. (2009). Exploring the origins of burnout among secondary educators. *Journal of Industrial Psychology*, 35(1), 204–218.
22. Мерзлякова, Д. Р. (2009). Синдром профессионального «выгорания» и метаиндивидуальность педагога. *Психологическая наука и образование*, 1, 55–61.

## CORRELATIONS BETWEEN WORK STRESSORS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES

*Andrius Stočkus, Prof. Dr. Habil. Eugenija Adaškevičienė*  
*Klaipėda University*

### SUMMARY

The article deals with the assessment of the stressors experienced by physical education teachers in their pedagogical work. The research aim is to estimate work stressors of physical education teachers and their correlations with socio-demographic variables. 188 physical education teachers working in mainstream schools took part in the research. The data has been collected by employing questionnaires for measurement of work stressors and socio-demographic aspects. The obtained data has been processed by applying the parametric statistics; Mann-Whitney (U) criterion has been applied. The research reveals that teachers of physical education list abundance of various documents and other “papers”, educational system reforms and high responsibility for pupils as the most important sources of stress in their work. Unfavourable work conditions, psychological climate in school, work with groups of different sex pupils, problems with pupils’ parents almost do not cause any stress to physical education teachers. To

younger teachers and those having less pedagogical work experience, a high number of pupils in a sport hall causes higher stress comparing to their older colleagues working for a longer time. Those elder physical education teachers who have been working for a longer time emphasise that great responsibility for others, abundance of various documents and other “papers”, undervaluation of physical education teacher’s work are strongest work stressors. Male teachers are dissatisfied with low salaries whereas women indicate the point of view of other pedagogues towards physical education as causing stress. Teachers working in town assess pupils’ disrespect and a high number of pupils in classes as a greater stressor than those physical education teachers working in districts. Gymnasium teachers of physical education assess staff competition in their educational institutions as a stronger stressor than those pedagogues working in basic or secondary schools.

*Keywords:* physical education, teachers, stress.

Andrius Stočkus  
Vilniaus g. 121–24, LT-76354 Šiauliai  
Mob.: +370 699 37330  
El. paštas: a.stockus@yahoo.com

Gauta 2012 04 02  
Patvirtinta 2012 06 11

# Knowledge, desirable and real values in Olympic Movement – a view of Czech youth

*Prof. Dr. Antonin Rychtecky*

*Charles University in Prague, Faculty of Physical Education and Sport, Czech Republic*

## Summary

*Background: the Olympic movement associates the range of values. Some of them have a real impact; others remain at the level of desirable. Objective of this study was to find out how 12-19 year-old Czech young people (1274 boys and 1090 girls) know the main facts of the Olympic movement and distinguish between values which have real impact and those that remain rather as desire. The second aim was comparison in knowledge of Olympic facts and between values of the identical surveys carried out in the years 1998 and 2008. Methods: the "Olympic questionnaire" has been used for the assessment of the knowledge of Olympic facts and Olympic ideals. The frequency of the respondents' participation in sport was measured by means of the COMPASS methodology. Results confirmed the hypothesis about the positive impact of participation in sport on the knowledge of the Olympic facts of the respondents. Conformity in the assessment of the most desirable and real Olympic ideals was found in values associated with sport performance: physical fitness, competition, sportsmanship, etc. The real impact of some ethical Olympic values like honour, cultural understanding, broadmindedness, nobility, modesty etc., was assessed as less significant.*

*Conclusions: participation in sports positively affects level of knowledge about the facts of the Olympic Movement. The order in which young people evaluate Olympic values (their desirability and reality) did not change over the period of 1998 – 2008.*

**Keywords:** *Olympic Games, Olympism, Olympic Education, attitudes, youth.*

## Introduction

For most people the term "Olympism" evokes images of Olympic Games (OG), modern and antique. Their interest is fixed especially on the sports festival, held every four years and in which representatives of many countries participate in the sport competitions. The education through sport is a result of such images of Olympism and its implementation is. Pierre de Coubertin, sport scientists and P.E. teachers are and were well aware of an educational potential which has and can have the OG and their ideals. Olympic Education (OE) and sports education are closely inter-related. An effective OE logically expects a personal engagement of individuals in sport. Some of its principles, values and ideals cannot be realized and personally lived without participation in sports, such as for example training with the utmost effort. However it is impossible to measure and evaluate Olympism – the philosophy of OE, exclusively by the participation of individuals in sports.

The psychological basis of any educational action is the internalization of external (imperatives, models, encouragements, situations, cultural events etc.) as well as internal stimuli (needs, interests, psychic state etc.) into the motives, dispositions, attitudes, personal traits and reactions of the subject who is being educated. OE is a set of constant interactions of individuals with the stimuli of the external environment.

Due to its content, forms and approaches Olympic education (OE) is a specific kind of educational

activity. It is closely related to sport and promotes the basic ideals of humanitarian cultivation as well as personal self-realization. It has the aim of contributing to the identification and propagation of the principles, values and ideals of Olympism and their introduction into the conscience, behaviour and deeds of people in their sportive as well as non-sportive life. OE creates and optimizes the motivation to take part in sports and leads in an intra-individual aspect to constant self-overcoming. It is thus an inseparable part of the training of athletes of all levels of performance. In the Olympic and sports movements it harmonizes the interests of all the acting components and subjects.

Among the current studies aimed at the relations between the frequency, intensity and duration of physical activities and their benefits, the biologically oriented ones still predominate. Unfortunately on the other hand, a lesser attention is given to social studies in sport, regardless of the fact that the social benefits (both immediate and postponed) of participation in sports can usually be identified in terms of education about attitudes, values, psychical wellness, social inclusion as well as in terms of the contribution of sport towards "social capital"; it also concerns the way how the Olympic principles and their appreciation can also become a part of one's value system.

**The aim of this study** was to verify whether different participation of young people (1274 boys and 1090 girls) in sports influences their knowledge about the Olympic facts and how they assessed the

reality and desirability of Olympic values within a ten-year interval (1998 – 2008). It was supposed that participation of young people in sports positively affects their Olympic knowledge and evaluation of the Olympic principles.

## Methods

In line with this objective the “*Olympic questionnaire*” both for assessment of the Olympic knowledge and for evaluation of 52 Olympic values, which really act in Olympic movement or on those which are more or less desirable (Telama, Naul, Nupponen, Rychtecký, & Vuolle, 2002) had been used. The frequency of the respondents’ participation in sport and physical activity was measured by means of the COMPASS questionnaire (Rossi, Mori, 1998).

## Results and discussion

### 1. Participation in sport and active knowledge of the Olympic Facts in Czech youngsters surveyed in 2008

The results of this relation demonstrate how the knowledge and understanding of Olympics (knowledge and values) is influenced by the level of participation in sports in young respondents. Active and correct answers of the respondents only were included in the following areas of the comparison.

**Legend to the Olympic knowledge:** a) general consciousness about the Olympic ideals? b) active

knowledge of the Olympic ideals? c) city in which the first modern Olympic Games were held? d) year, in which the first modern OG were held? e) city of the last winter Olympic Games? f) city of the next Summer OG? g) what do the 5 Olympic rings symbolize? h) who is the current President of the IOC? i) Who was Pierre de Coubertin?

The results in the tables show significant compliances between the participation (frequency, organization, competition) in sport and physical activities and Olympic knowledge. In this case the hypothesis about the positive influence of participation in sport on Olympic knowledge was confirmed. The respondents, both the boys and the girls, who are more involved in sport activities, especially in organized ones, have a better knowledge about the Olympic Movement. In boys samples the sum of the Olympic knowledge is higher than in girls which reflects the lower participation of girls in sports in general. During a long period of time these tendencies were documented in surveys, especially in terms of participation in organized and competitive sports (not only in the Czech Republic).

When we ask how the knowledge about Olympic facts of the Czech youth were changed within a ten-years interval (1998 – 2008), it may be said that the results of these comparisons document compliances, as well as differences between the results of surveys carried out in this period of time. They are clearly

Table 1

### Knowledge of selected Olympic historical and actual facts clustered according to participation in sports and physical activities (COMPASS categories) in males (a) and females (b), surveyed in 2008

1a males

Participation in sport according the COMPASS categories:	Olympic Knowledge correct answers in %									
	a	b	c	d	e	f	g	h	i	Σ
1. Competitive, organized, intensive – annual frequency (AF) more than 120	43.1	34.5	78.9	46.8	93.6	97.4	84.4	41.5	20.5	540.7
2. Intensive – competitive and or/ organized, AF more than 120	39.7	33.3	80.5	39.7	83.3	91	75	19.2	9	470.7
3. Intensive, no competition no member in a sports club – AF more than 120	33.8	31.2	69.2	53.8	80.8	85.9	73.1	33.3	26.9	488.1
4. Regular, competitive and/or organized – AF 60 – 120	29.9	31.3	76.3	41.5	85.9	88.1	75	26.5	14.1	468.6
5. Regular, recreational – 60 – 120, no competition in sports	33.3	26.2	70.2	47.6	88.1	88.1	78.6	33.3	13.1	478.5
6. Irregular – annual frequency 12 – 60	33.7	29.6	70.8	36.4	84.7	90.9	69.1	24.5	10.5	450.2
7. Occasional – annual frequency 1 - 12	27.8	23.5	61.1	38.9	77.8	77.8	55.6	44.4	33.3	440.2
8. No sport and no physical activity	23.9	16.2	55.8	28.2	75.1	79	55.3	16.8	7.2	357.5
M	34.8	29.2	71.9	41.2	85.8	89.9	73.4	29.9	15	471.1

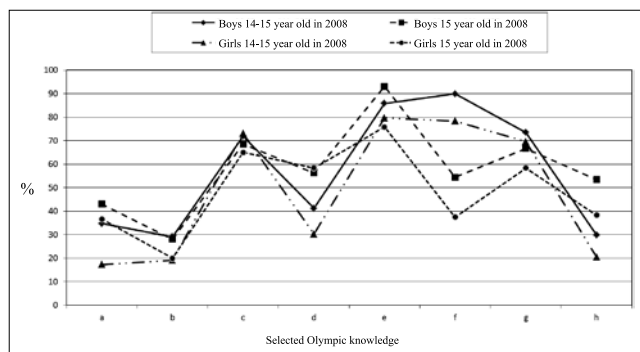
1b females

Participation in sport according the COMPASS categories:	Olympic knowledge correct answers in %									
	a	b	c	d	e	f	g	h	i	Σ
1. Competitive, organized, intensive – annual frequency (AF) more than 120	38.3	33.5	81.1	32.5	87.0	87.0	79.3	42.4	20.1	481.1
2. Intensive – competitive and or/ organized, AF more than 120	26.3	18.2	77.9	27.3	81.8	79.2	77.6	23.4	13.0	411.7
3. Intensive, no competition no member in a sports club – AF more than 120	32.8	31.3	71.9	39.1	73.4	82.8	73.4	30.2	20.3	434.8
4. Regular, competitive and/or organized – AF 60 – 120	25.7	26.5	72.5	35.3	85.3	85.3	83.3	31.4	16.7	445.4
5. Regular, recreational – 60 – 120, no competition in sports	20.7	24.8	67.3	28.3	77.9	87.6	79.3	23.2	8.8	409.1
6. Irregular – annual frequency 12 – 60	21.0	19.7	76.6	34.7	79.6	86.1	70.2	23.9	12.0	411.9
7. Occasional – annual frequency 1 - 12	10.7	14.8	64.3	32.1	78.6	82.1	88.9	14.3	3.6	385.8
8. No sport and no physical activity	12.4	17.8	71.5	33.2	64.8	71.5	68.9	15.6	9.3	355.7
M	23.5	23.4	74.4	33.0	78.1	82.7	75.1	26.1	13.3	

documented in the Figure 1. The same areas of knowledge of the respondents, as those described above, were selected for comparison.

The data in Figure 1 show that the knowledge and understanding of the facts of the Olympic Movement in youngsters (2008) are not significantly different from their counterparts surveyed ten years ago (1998).

A high level of compliance is documented in the knowledge: b, c, e, g: b) active knowledge of the Olympic ideals? c) city in which the first modern Olympic Games were held? e) city of the last winter Olympic Games? g) what do the 5 Olympic rings symbolize?). In contrast clear differences were discovered, in particular in the areas a, f and h: a) general consciousness about the Olympic ideas? f) city of the next Summer OG? h) who is the current President of the IOC?. Unfortunately, the results are not always in favour of the current population. The sum of the partial results document a slightly better knowledge about Olympism and the Olympic movement in the respondents surveyed in the year 1998 than in the subjects surveyed in the year 2008. The discovered differences are not statistically significant, but we keep them in mind in the concepts of Olympic education programs.



**Fig. 1.** The Knowledge and Understanding of the Facts of the Olympic Movement in Youngsters in 2008 and Their Counterparts Surveyed in 1998. (Source: Rychtecký, Dovalil&Tilinger, 2009)

## 2. Which real and desired Olympic values did the boys and girls surveyed in the years 1998 and 2008 perceive?

These results show the differences and the compliances in the assessment of the list of Olympic values and distinguish them from the Olympic ideals which really exist in their opinion in current Olympic Games and in the Olympic movement from those which are considered as rather desirable and which are improbable in reality.

The respondents in both surveys carried out in the years 1998 and 2008 assessed 52 values. First

they assessed them on the scale: (1) totally agree; (2) quite agree; (3) quite disagree or (4) absolutely disagree and, secondly evaluated how in their opinion, they really influenced, improved, lead and promoted the Olympic Games and in the Olympic movement.

These results clearly indicate that the active knowledge of Olympic ideals and principles in our country, both in boys and girls is fairly consistent and is more focused on the area of sports. In addition to these ideals and principles, however, young people reliably distinguish these principles and values that are most desirable and necessary from those which really influence the Olympic movement and Olympic competitions.

Table 2

**The most real (a) and most desired (b) Olympic values, surveyed in the years 1998 and 2008 in Czech young people both gender (Source: Rychtecký, Dovalil&Tilinger, 2009)**

**2a Olympic values which really act in Olympic movement**

The most <b>real</b> Olympic values in 2008	rank	The most <b>real</b> Olympic values in 1998
competition	1	competition
physical fitness	2	physical fitness
sportsmanship	3	sportsmanship
willingness to exert a maximum effort	4	willpower
fair play	5	self-control / joy in effort
joy in effort	6	willingness to exert a maximum effort
cooperation	7	pursuit of excellence / cooperation
willpower	8	popularity
respect of rules	9	harmony of body and mind
professionalism	10	cognition

**2b desired Olympic values in the Olympic movement**

the most <b>desired</b> Olympic values 2008	rank	the most <b>desired</b> Olympic values 1998
physical fitness	1	physical fitness
sportsmanship	2	sportsmanship
competition	3	joy in effort
fair play	4	self-control
respect of rules	5	competition
willingness to exert a maximum effort	6	willpower
willpower	7	cooperation
joy in effort	8	willingness to exert a maximum effort
cooperation	9	pursuit of excellence
success	10	mutual respect

Data in Table 2 a,b show a considerable consensus in how respondents assessed the most desirable and real Olympic ideals, values and principles that was found in values connected with sport performance: *competition, physical fitness, sportsmanship, willingness to exert a maximum effort, and fair play*. The differences between the issues “desired” and “reality”, as shown in the tables, indicate that



the real impact of some other Olympic values like honour, cultural understanding, broadmindedness, nobility, modesty etc., is lesser than is usually assumed. In contrast, a list of ideals and principles with the smallest differences between desired ideals in Olympic principles may indicate the current status of Olympic values, as perceived in contemporary youth. However, the relationship between the desired ideals and reality in the assessment of all 52 Olympic ideals is statistically significant ( $r = 0.62$ ).

### Conclusions

1. The sporting youth knows more facts about the Olympic movement than their non-sporting counterparts.

2. The Olympic knowledge of Czech youth did not change much during the last ten years.

3. The differences between the issues “desired” and “reality”, indicate that the real impact of some other Olympic values like honour, cultural understanding, broadmindedness, nobility, modesty etc.), is lesser than is usually assumed. The order in which young people evaluate Olympic values (their desirability and reality) did not change over the period of 1998 – 2008.

4. A very important role in the implementation of Olympic Education should have primarily the active participation in sport and physical activities and their connection with culture events.

5. The internalization of Olympic principles and values cannot be ordered to people.

6. The results of this study and other ones will be used in plans of study programs, in the improvement of educational programs for elementary and high schools as well as in Olympic education in general.

### REFERENCES

1. Rosi-Mori, B. (1998). *The COMPASS Project - Coordinated Monitoring of Participation in Sports*. Roma: CONI, 7 p.
2. Rychtecký, A., Dovalil, J. & Tilinger, P. (2009). Vnímání olympijských her a olympijských principů mládeží a olympioniky ČR. *Česká kinantropologie*, 13(3), 18–38.
3. Rychtecký, A. (2010). The place and role of Olympism in higher education. *The Sport Journal of United States Sport Academy*. <http://www.thesportjournal.org/article/place-and-role-olympism-higher-education>.
4. Telama, R., Naul, R., Nupponen, H., Rychtecký, A. & Vuolle, P. (2002). *Sportive Lifestyle, Motor Performance and Olympic Ideals: Cross-Cultural Studies on Youth Sport in Europe*. Verlag Hofmann: ICSSPE, Sport science studies 11, 2002, 272p.

## ŽINIOS APIE OLIMPINĮ SAJŪDĮ, SIEKTINOS IR ESAMOS VERTYBĖS – ČEKIJOS JAUNIMO POŽIŪRIS

**Prof. dr. Antonin Rychtecký**

*Praha Karolio universitetas, Čekijos Respublika*

### SANTRAUKA

Prielaidos: olimpinis sąjūdis aprėpia plačią vertybių skalę. Kai kurios vertybės turi realios įtakos; kitos išlieka siektinų vertybių lygmens. Tyrimo tikslas – nustatyti, kaip 12–19 metų Čekijos jaunimas (1274 berniukai ir 1090 mergaičių) išmano pagrindinius olimpinio sąjūdžio faktus ir kokį daro skirtumą tarp turinčių realią įtaką ir siektinų vertybių. Taip pat norėta palyginti olimpinio sąjūdžio faktines žinias ir vertybių suvokimą, nustatytą analogiškais tyrimais, atliktais 1998 ir 2008 metais. Taikyti metodai: olimpinio sąjūdžio faktinėms žinioms ir olimpiniams idealams patikrinti buvo naudojama „olimpinė apklausa“. Respondentų dalyvavimo sportinėje veikloje dažnumas buvo matuojamas vadovaujantis COMPASS metodologija.

Gauti rezultatai patvirtino hipotezę apie pozityvią dalyvavimo sportinėje veikloje įtaką respondentų olimpinų faktų išmanymui. Nustatytas atitikimas tarp labiausiai siektinų ir esamų olimpinio sąjūdžio idealų priklausomai nuo sportinių laimėjimų: fizinio parengtumo, varžybų rezultatų, sportinio meistriškumo ir kt. Tikroji kai kurių etinių olimpinų vertybių, tokių kaip garbė, kultūrinė tolerancija, plačios pažiūros, kilnumas, kuklumas ir kt., įtaka buvo įvertinta kaip mažiau reikšminga. Išvados: dalyvavimas sportinėje veikloje teigiamai veikia olimpinų faktų žinojimo lygį. Seka, pagal kurią jauni žmonės vertina olimpines vertybes (siektinas ir esamas), per 1998–2008 metų laikotarpį nepasikeitė.

*Raktažodžiai:* olimpinės žaidynės, olimpizmas, olimpinis švietimas, požiūriai, jaunimas.

# Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo tyrimas

*Prof. habil. dr. Vytautas Gudonis<sup>1</sup>, prof. dr. Romualdas Malinauskas<sup>2</sup>, Tadas Šerpetauskas<sup>1</sup>  
Šiaulių universitetas<sup>1</sup>, Lietuvos kūno kultūros akademija<sup>2</sup>*

## Santrauka

*Straipsnyje analizuojamas būsimųjų kineziterapeutų empatiškumas, nustatomas lygis. Tyrime dalyvavo 356 respondentai: 64 Šiaulių universiteto dieninio studijų skyriaus I ir IV kurso specialiosios pedagogikos-kineziterapijos studentai ir 292 Kauno kūno kultūros akademijos dieninio studijų skyriaus I, II, III ir IV kursų kineziterapijos studentai. Empatiškumas buvo tirtas pagal A. Mechrabyeno, N. Epšteino metodiką. Buvo siekiama nustatyti I, II, III ir IV kurso studentų empatiškumo lygį. I, II, III, IV kurso studentų empatiškumo tyrimo rezultatai buvo lyginami įvairiais aspektais: mieste, miestelyje ir kaime gyvenusių respondentų empatiškumo lygiai, priklausomybė nuo lyties ir amžiaus. Analizuojant tyrimo duomenis buvo siekiama nustatyti, ar kinta būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo lygis studijų metu.*

*Tyrimo rezultatai parodė, jog aukšto ir vidutinio empatinio lygio studentų yra beveik tolygiai, be to, būsimieji kineziterapeutai turi didelį empatiškumo potencialą, t. y. suvokia savo ir kitų jausmus, yra atviri ir tolerantiški kitų nuomonei, pasaulėžiūrai, nuoširdūs ir norintys padėti kitiems.*

*Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo lygmuo turi tendenciją svyruoti studijų metu. Daugėja vidutinio empatijos lygio studentų, o žemo empatiškumo lygio studentų skaičius turi tendenciją kasmet mažėti, tik paskutiniuose kursuose jis išlieka nepakitęs. III kurse daugiausia aukšto empatiškumo lygio studentų, o II kurse – vidutinio empatiškumo studentų. Žemas empatiškumo lygis būdingas I kurso studentams. Darome prielaidą, jog studijuojant pedagogines, psichologines ir sociologines disciplinas bei atliekant praktiką studentų empatiškumas kasmet šiek tiek turėtų didėti. Pastebėta empatiškumo priklausomybė nuo vietos, kurioje studentai gyveno prieš studijas: aukščiausias empatiškumo lygmuo buvo nustatytas daugumai studentų, atvykusių iš kaimo vietovių; kiek žemesnis empatiškumo lygmuo – miestuose gyvenusiems; dar šiek tiek žemesnis empatiškumo lygmuo nustatytas iš miestelių atvykusiems studijuoti studentams.*

**Raktažodžiai:** *empatiškumas, empatiškumo lygis, kineziterapeutas, studentas.*

## Įvadas

Šiuolaikinėje visuomenėje dėl intensyvaus gyvenimo ritmo ir dėl siekio įgyvendinti individualias vertybes, būdingas vakarietiška kultūrai, žmonės vis labiau susikoncentruoja į asmenines problemas, vis mažiau dėmesio skiria savo artimiesiems, o juo labiau kitiems bendruomenės nariams. Tačiau nė vienas iš mūsų negyvename izoliuotai nuo savo artimųjų ir nuo sociumo, todėl rečiau ar dažniau iškyla supratimo, atjautimo, paramos ir pagalbos poreikis tiek artimų tarpusavio santykių, tiek platesnių socialinių kontaktų lygiu. Gyvenime žmonės pyksta, jog jų niekas neužjaučia ir nesupranta, o patys nemato savęs iš šalies, kai jie daro tą patį ir nesistengia veltui eikvoti savo laiko ir energijos kito žmogaus problemoms ir jausmams suprasti (Gailienė, Adomaitytė, 2009). Empatiškumas yra vienas svarbiausių socialinės kompetencijos komponentų (Malinauskas, 2008). Lepeškienė (1996, 30) pažymi, kad nuo kitų profesijų mokytojo profesija skiriasi, be daugelio kitų dalykų, tuo, kad mokytojas pats yra savo darbo įrankis. Mokytojas gi neturi nieko – tik save: savo žinojimą ir jausmus, išmintį ir įgūdžius, patyrimą ir vertybes. Be daugelio įvairiausių dalykų, ką mokytojas turi su savimi, – neatsiejamas dalykas dirbant su ugdytiniais išlieka jausmai.

Nuo pedagogo asmenybės ir veiklos priklauso mokinių ugdymo sėkmė. Visais laikais pedagogai

buvo keliami ypatingi reikalavimai, nes tik asmenybės gali išugdyti asmenybes (Laužikas, 1993). Kiekvienas specialistas privalo ne tik gerai atlikti savo darbą, būti geras savo srities specialistas, tačiau turi kelti sau naujus socialinius uždavinius. „Pastaruoju metu vis dažniau vertinama ne tik pagal protą, išsilavinimą bei patirtį, bet ir pagal kitą kriterijų – pagal tai, kaip susitvarkome su savo emocijomis ir kitais. Šis kriterijus vis svarbesnis priimant į darbą, paaugštinant pareigas ir pan.“ (Goleman, 2001). Kiekvienas specialistas turėtų išmokti tam tikro bendravimo, gebėjimo įsijausti į kito žmogaus situaciją, emociją, būseną, gebėti pažvelgti į situaciją kito žmogaus akimis, atkoduoti jo jausmus. Todėl specialisto empatiškumas yra būtina sąlyga siekiant gerų rezultatų dirbant su žmonėmis. Reikėtų būti atidesniems, kad nesukeltume kitiems neigiamų emocijų ir patys išliktume ramūs. Pavargę ar labai susijaudinę, turėtume stengtis kuo greičiau nusiraminti, atsipalaiduoti (Krikštopaitis, 1976). Kad galėtume sėkmingai kontroliuoti save ir būti pakantūs bei supratingi kito žmogaus atžvilgiu, reikia tokių savybių kaip dėmesingumo ir empatiškumo. Taigi, žmogiškosios savybės yra tiek pat svarbios kaip ir specialisto kvalifikacija. Pagrindinę tokių savybių grupę sudaro šilumas, nuoširdumas ir empatiškumas. Empatiškas asmens pasineris į kito problemą visa savo esybe, paliks šalia visas išankstines nuos-

tatas, įtarimus, nepasitikėjimą. Jis gyvens tuo, ką tu kalbi, pamirš save, jo rūpesčio objektas tuo metu bus asmuo, su kuriuo jis bendrauja (Gudonis, Masiokienė, 2008). Jei žmogus nors kiek kontaktuoja su kitu žmogumi, tai jis ar ji būtinai turi turėti bent minimalų empatiškumo jausmą (Koehn, 1998). Kad suprastume kitus žmones, turime gebėti atjausti, sugebėti matyti pasaulį toki, kokį mato kitas žmogus. Atjauta ir kitų žmonių problemų supratimas yra tiesiog būtinas tiek atskirų profesijų atstovams, tiek kiekvienam žmogui apskritai, jeigu siekiama veiksmingų rezultatų arba gerų tarpusavio santykių (Gailienė, Adomaitytė, 2009). Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumas iki šiol nebuvo tirtas.

**Tyrimo tikslas** – nustatyti būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo kaitą.

### Tyrimo metodologija

Darbe taikyti šie **tyrimo metodai**: mokslinės literatūros analizė, kiekybinis tyrimas naudojant anketinę apklausą. Tyrimui atlikti naudotas empatiškumo lygio nustatymo klausimynas (A. Mechrabyen, N. Epštein), M. H. Daviso tarpasmeninio reaktyvumo indekso (IRI) skalė ir fiksuoti demografiniai rodikliai (Davis, 1983). Klausimyną sudaro 65 uždaro tipo klausimai (teiginiai). Respondentai savo sutikimą su teiginiu reiškė „+“, nesutikimą – „-“.

Anketą sudarė du blokai. Pirmajame bloke buvo keturi klausimai apie respondentus (lytis, amžius, kursas ir gyvenamoji vieta iki studijų), antrajame – teiginiai empatiškumui nustatyti. Apklausą atlikta raštu. Visos anketos buvo išdalytos per paskaitas. Vykdamas tiriamųjų apklausą laikytasi savanoriškumo principo, t. y. dalyvavo tik tas, kas sutiko dalytis informacija. Tyrimo dalyviams buvo paaiškintas apklausos tikslas ir užtikrintas duomenų anonimiškumas. Prieš atliekant apklausą būsimieji kineziterapeutai buvo informuoti, kad anketoje pateikta informacija yra konfidenciali.

**Tiriamieji.** Tyrimas buvo atliekamas Šiaulių universiteto Socialinės gerovės ir negalės studijų fakultete bei Lietuvos kūno kultūros akademijoje. Tyrime dalyvavo 64 Šiaulių universiteto specialiosios pedagogikos-kineziterapijos studijų skyriaus studentai: I kurso – 44 (68 %) ir IV kurso – 20 (32 %). Taip pat tyrime dalyvavo 292 Kauno kūno kultūros akademijos kineziterapijos studijų skyriaus studentai: I kurso – 85 (29 %), II kurso – 77 (26 %), III kurso – 72 (24 %), IV kurso – 53 (18 %). Iš viso išplatinta 360 anketų, tinkamai užpildytos grįžo 356 (grįžtamumas 99 %).

Respondentai pagal amžių buvo suskirstyti į 2 grupes: jaunystės (17–19 m.) ir ankstyvosios brandos (20–40 m.) (Bulotienė, Gailienė, Sturlienė, 2008).

### Tyrimo rezultatai

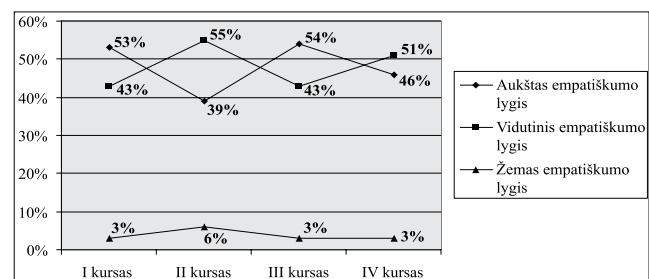
Įsijautimas į kito žmogaus būseną ir jos supratimas, santykių tikrumas, nuoširdumas, vienas kito pažinimas, gerų ir stiprių santykių užmezgimas, intelektualinis gebėjimas save tapatinti su kitais – tai tokios vertybės, kurios ypač svarbios bendradarbiaujant. Šiomis savybėmis pasižymintis specialistas geriau pažins save ir kitus, kadangi empatija yra mokėjimas išklausti ir suprasti kito situaciją. Šios savybės būtinos būsimiesiems kineziterapeutams siekiant kitų gerovės. Tyrimo tikslui įgyvendinti buvo svarbu nustatyti būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo lygį.

Tyrimo rezultatai rodo, kad beveik pusės studentų empatijos lygis yra aukštas, beveik tiek pat yra vidutinio empatiškumo lygio respondentų ir tik nedidelė dalis studentų yra žemo empatijos lygio. Duomenys apie būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo lygį pateikti 1 lentelėje ir paveiksle.

1 lentelė

**Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo lygiai**

Empatiškumo lygis	Aukštas	Vidutinis	Žemas
Studentų skaičius (proc.)	175 (49 %)	168 (47 %)	13 (4 %)



**Pav.** Respondentų (n = 356) empatiškumo kitimas studijų metu (proc.)

Manytume, jog daugelis studentų, studijuojančių mokslus, kurie turi tiesioginį ryšį su žmonėmis, gąnėtinai gerai pažįsta save kaip asmenį ir yra empatiški. Kineziterapeutų empatiškumas labai svarbus gydymui bruožas, sąlygojantis geresnę gydymo sėkmę, artimesnį ir atviresnį bendravimą, kuris leidžia daugiau sužinoti apie ligonį ir suprasti jo situaciją. Manytume, kad žemo empatiškumo žmogui sunku suprasti kito žmogaus emocijas ir įsijausti į jo esamą padėtį, problemas, neišsigilinus į paciento poreikius, gydymas gali būti ne tik ne toks, kokio norėtų pacientas, bet galbūt ir kineziterapeutas.

### **Respondentų empatiškumo kitimas studijų metu.**

Kiekvieno individo empatiniai gebėjimai yra paveldimi iš tėvų ir priklauso nuo to, kaip jie savo atžalą moko gyvenime (Kunyk, Olson, 2001). Kiti tyrėjai, tarp jų ir humanistinio ugdymo sekėjai (Maslou, Rodžersas), sako, jog empatijos galima mokyti ir ją tobulinti visą gyvenimą, o žmones, kurių tiesioginis darbas bus susijęs su žmonėmis, būtina to mokyti ir studijų metu. Manoma, jog bręstančio žmogaus empatiniai gebėjimai keičiasi. Taigi, norint išsiaiškinti, kaip kinta būsimumų kineziterapeutų empatiškumo lygis, atliktas šis tyrimas.

Iš tyrimo duomenų matyti, kad aukštas empatijos lygis kiekvienais metais šiek tiek kinta. Vidutinis empatijos lygis trejų metų laikotarpiu iki ketvirtro kurso truputį mažėja, o paskutiniame, ketvirtame kurse, vėlgi šiek tiek padidėja. Žemas empatijos lygis studijų metu mažėja (žr. 2 lentelę).

2 lentelė

#### **Respondentų (n = 356) empatiškumo kitimas studijų metu**

Empatiškumo lygis	Aukštas	Vidutinis	Žemas
Kursas			
I kursas	68 (53 %)	55 (43 %)	4 (3 %)
II kursas	32 (39 %)	45 (55 %)	5 (6 %)
III kursas	39 (54 %)	31 (43 %)	2 (3 %)
IV kursas	34 (46 %)	37 (51 %)	2 (3 %)

Tyrimo duomenys rodo, jog aukštas empatiškumas studijų metu turi tendenciją svyruoti. Pirmo kurso studentai yra labiausiai empatiški, vėliau, antrame kurse, matyti didelis nuosmukis ir nedidelis pakilimas trečiame kurse. Ketvirtame kurse aukšto empatiškumo vėl šiek tiek mažėja. Vidutinio lygio empatiškumo daugiausia pirmame kurse, vėliau, antrame ir trečiame kursuose, jo mažėja, o paskutiniame šiek tiek padaugėja. Žemas empatiškumas turi tendenciją mažėti (žr. pav.).

Aukštosiose mokyklose empatiškumo lygio svyravimas gali būti aiškinamas poveikiu studijuojamų psichologinių ir pedagoginių disciplinų, kurios gali daryti įtaką studentų emociniam jautrumui. Taip pat didelę reikšmę gali turėti studentų mainų programos, per kurias studentai turi galimybę pamatyti kitokią kultūrą, tradicijas, skirtingus mokymo ir mokymosi būdus. Kita priežastis, dėl kurios galėtų svyruoti empatijos lygis – tai studijuojant atliekama praktika. Studentai praktiškai susiduria su realiomis situacijomis, kurios gali pakeisti jaunuolių lūkesčius, mąstymą tiek pozityvia, tiek negatyvia linkme.

**Tiriamųjų empatiškumo ir gyvenamosios vietos sąsajos.** Kitas, išplaukiantis iš tyrimo tikslo uždavinys, – nustatyti empatiškumo priklausomybę nuo vietos, kurioje anksčiau, iki studijų, gyveno mūsų

tyrime dalyvavę studentai (mieste, miestelyje ar kaime). Iš tyrimo duomenų matyti, kad apie pusę studentų yra baigę miestų mokyklas. Beveik vienodai daliai tų studentų buvo nustatytas aukštas ir vidutinis empatijos lygis ir tik kelių respondentų miestiečių empatiškumo lygis buvo žemas.

Miestelių gyventojų, t. y. studentų, atvykusių studijuoti į Kauną ir Šiaulius iš miestelių, empatiškumo rezultatai gana panašūs į miestuose gyvenusių studentų (žr. 3 lentelę).

3 lentelė

#### **Tiriamųjų (n = 356) empatiškumo ir gyvenamosios vietos sąsajos**

Gyvenamoji vieta	Miestas	Miestelis	Kaimas
Empatiškumo lygis			
Aukštas	87 (47 %)	54 (45,3 %)	33 (64,7 %)
Vidutinis	90 (48,6 %)	60 (50,4 %)	18 (35,2 %)
Žemas	8 (4,3 %)	5 (4,2 %)	0 (0 %)

Galima daryti prielaidą, kad miestuose gyvenantiems studentams didelę įtaką gali daryti itin spartus gyvenimo tempas, šiek tiek kitas gyvenimo būdas, kai žmonės labiau koncentruojasi į asmenines problemas, todėl mažiau kreipia dėmesio į paramos, supratimo ir pagalbos poreikį arba jį menkai supranta. Gyvendami daugiabučiuose ir daugiaaukščiuose būstuose miesto žmonės gali pažinoti vos keletą kaimynų, jų nesieja tiesioginis bendravimas. Vidutinio empatiškumo lygio studentų iki studijų daugiau gyveno miesteliuose, nuo jų labai mažu skirtumu atsilikę miestuose gyvenę studentai, o kaimuose jų raiška buvo daug mažesnė. Vienodai pasiskirsto žemo empatiškumo lygis tarp mieste ir miestelyje gyvenusių, bet labai skiriasi nuo kaimo – kaimuose žemo empatiškumo lygį turinčių respondentų nebuvo. Galima daryti išvadą, jog kaime gyvenantys jaunuoliai yra kur kas empatiškesni nei gyvenantys miestuose ar miesteliuose. Iš kaimo kilę studentai geriau geba įsiklausyti ir suprasti kito emocinę būklę, būti nuoširdesni santykiuose ir išsaugoti artimesnį ryšį su žmogumi. Manytina, jog jų empatiškumo lygiui įtakos gali turėti kur kas mažesnė kaimo bendruomenė (artimesni ir nuoširdesni santykiai, didesnis rūpestis vieni kitais, lėtesnis gyvenimo tempas, atviresni ir stipresni bendravimo santykiai), didesnis tėvų autoritetas ir auklėjimo poveikis vaikui (jaunuolis daugiau laiko praleidžia su tėvais, tėvai gali daugiau laiko skirti vaiko charakterio formavimui, ankstyvame amžiuje patiria daugiau atjautos ir supratimo) ir artimesnis santykis su gamta (arčiau gamtos gyvenantys žmonės yra jautresni, geriau suvokia emocines būsenas, ramesni). Kaimo bendruomenės žmonės

dar iki šiol vienija tradicijos, bendri darbai (talkos), šilti kaimyniniai santykiai, bendros šventės, gedulingos apeigos, nuoširdi, tiesioginė pagalba ištikus nelaimėms ir pan., visa tai kuria naują tinkamą terpę empatijos puoselėjimui.

**Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo priklausomybė nuo amžiaus.** Neurologų ir psichologų tyrimų rezultatai rodo, kad empatijos pradmenų galima pastebėti jau kūdikystėje (Goleman, 2001). Net naujagimiai, išgirdę verkiant kitus kūdikius, susigraudina ir patys pravirksta. Kryptingai auklėjant galima keisti augančio vaiko empatinius pojūčius. Nesiorientuojant į fatalistines tendencijas empatijos lavinimo aspektu, aišku, kad atjautos gebėjimai plėtojami ne tik šeimoje, bet ir mokykloje, studijuojant, ir brandžiame amžiuje (Gailienė, Adomaitytė, 2009). Dieninio skyriaus studentus galima suskirstyti į dvi amžiaus grupes: jaunystės ir ankstyvosios brandos. Jaunystė – tai žmogaus amžius nuo 17 iki 19 metų, o ankstyvoji branda – nuo 20 iki 40 metų.

Beveik tolygiai jaunystės tarpsniu pasiskirsto aukšto ir vidutinio empatinio lygio rodikliai. Mažiausiai studentų atitinka žemą empatijos lygį. Ankstyvosios brandos tarpsniu tarp aukšto ir vidutinio empatiškumo lygio išlieka panaši tendencija kaip ir jaunystės tarpsniu, skiriasi tik keliais procentais. Žemiausias empatijos lygis būdingas tik 3 % studentų (4 lentelė).

4 lentelė

**Būsimųjų kineziterapeutų (n = 356) empatiškumo priklausomybė nuo amžiaus**

Empatiškumo lygis Amžiaus tarpsnis	Aukštas	Vidutinis	Žemas
Jaunystė	56 (48 %)	54 (47 %)	5 (4 %)
Ankstyvoji branda	118 (50 %)	114 (47 %)	8 (3 %)

Iš tyrimo duomenų matyti, kad aukštas empatijos lygis šiek tiek didėja besikeičiant amžiaus tarpsniui. Vadinasi, galima daryti prielaidą, kad didėjant žmogaus gyvenimo patirčiai, empatijos sugebėjimai taip pat tolygiai, nors ir nedaug, didėja, o žemas empatijos lygmuo, vėl nors ir nedaug, mažėja. Vidutinis empatijos lygis nekinta – išlieka toks pat abiem amžiaus tarpsniais.

Taigi, su metais empatijos raiška didėja. Atjautos, emocinio supratingumo, situacijos pajautimo ir pagalbos kitam reikmės supratimo gebėjimai plėtojasi, nes žmogus bręsta, daugiau bendrauja. Esant plačiam dabartinių galimybių spektrui, studentai gali aplankyti kitas šalis per mainų programas, taip plėsti įvairių tautybių pažįstamų žmonių ratą, susipažinti ir studijuoti įvairias disciplinas, pamatyti įvaires-

nio gyvenimo būdo subtilybių. Dėl šių priežasčių žmogaus požiūris į gyvenimą, jo studijuojamą specialybę, pagalbos kitam žmogui reikmės supratimą keičiasi, didėja socialinis lankstumas, todėl kinta ir žmogaus empatijos lygmuo.

**Būsimųjų kineziterapeutų empatiškumo priklausomybė nuo lyties.** Teigiama, kad socialiniai demografiniai kintamieji (lytis, vaikų skaičius šeimoje ir kt.) gali turėti įtakos asmenybės empatiškumo raiškai (Gailienė, Adomaitytė, 2009), kad moterys yra empatiškesnės nei vyrai (Cotton, 2001). Tokie tyrimai ir hipotezės paskatino pasidomėti ir sužinoti, kokią įtaką lytiškumas turi Lietuvos būsimųjų kineziterapijos specialistų empatiškumo lygiui. Nustatyta, kad beveik dviejų trečdalių respondentų moterų empatijos lygis yra aukštas, o iš respondentų vyrų šį lygį turi mažiau nei trečdalis.

Vyrai, kuriems nustatytas vidutinis empatijos lygis, sudaro didžiausią apklaustų studentų dalį. Aukštą empatijos lygio rodiklį turinčių vyrų yra kur kas mažiau. Nors tarp tiriamųjų buvo nedaug studentų, turinčių žemą empatiškumo lygį, tačiau šio empatiškumo lygio studentų vyrų buvo net du kartus daugiau negu moterų. Empatiškumo lygio pasiskirstymo pagal lytį duomenys pateikti 5 lentelėje.

5 lentelė

**Būsimųjų kineziterapeutų (n = 356) empatiškumo priklausomybė nuo lyties**

Empatiškumo lygis	Aukštas	Vidutinis	Žemas
Lytis			
Moterys	142 (59 %)	96 (40 %)	4 (1 %)
Vyrai	33 (29 %)	71 (63 %)	9 (8 %)

Tyrimo rezultatai akivaizdžiai rodo, jog būsimosios kineziterapeutės merginos turi kur kas didesnį empatijos lygį nei vaikinai. Vaikinų empatijos lygis perpus mažesnis nei merginų.

Taigi, mūsų tyrime dalyvavusios merginos empatiškesnės, turi didesnę emocinę brandumą. Viena iš priežasčių gali būti ta, kad merginos greičiau subręsta pagal amžių. Labiau subrendę žmonės gali rodyti didesnę empatiją: jie yra emocionalesni, optimistiškesni, labiau domisi kitais ir rodo didesnę iniciatyvą bendrauti. Kita priežastis – mergaitės nuo pat mažens tėvų yra ugdomos kur kas emocionaliau (dažniausiai su mergaite elgiamasi švelniau nei su berniuku). Auklėjant berniukus vis dar laikomasi visuomenės stereotipų, kad vaikinai turi būti kietaširdžiai ir per daug nesileisti į emocijas: „neverk, juk tu vyras...“ Todėl turėtų būti daugiau dėmesio skiriama vaikinų emociniam auklėjimui, jo supratimui ir emocinio jautrumo ugdymui.

Empatiniai būsimųjų kineziterapeutų gebėjimai yra svarbus gydytojo bruožas, kuris lemia tinkamą ir greitą pagalbos teikimą, artimesnius kliento ir paciento santykius, sukuriančius prielaidą efektyvesniam gydymui. Kineziterapeutas, dirbantis savo darbą, turėtų gerai pažinti save patį, mokėti suprasti kliento esamą situaciją, jį užjausti. Tačiau taip pat labai svarbu išsaugoti tarp savęs ir paciento profesinį atstumą, t. y. turi būti išsaugota privati erdvė. Būsimasis specialistas turėtų laikytis humanistinio ugdymo principo, kad mokymasis nepaliamajam tęsiasi visą žmogaus gyvenimą ir tai leidžia specialistui siekti visapusiškos kliento gydymo kokybės.

Atlikus tyrimus pagal A. Mechrazyeno ir N. Epšteinio metodiką ir išanalizavus gautus rezultatus paaiškėjo, jog būsimieji kineziterapeutai turi gana aukštą empatijos lygį, gali įsijausti ir suprasti kitą žmogų, padėti tenkinti jo poreikius. Pastebėta, jog empatiškumas priklauso nuo studijuojant veikiančių veiksmų (psichologinių ir filosofinių disciplinų studijavimas, praktikos reikšmė, studijų programų inovatyvumas, dėstytojų asmeninis pavyzdys, skatinantis empatiškumą). Šie veiksniai gali nulemti studentų empatijos didėjimą. Nustatyta, kad empatiškumo lygiui įtakos turi ir studento gyvenamoji vieta iki studijų (kokioje bendruomenėje jis buvo iki pradėdamas studijuoti universitete), taip pat empatiškumas turi tendenciją didėti su amžiumi. Be to, empatiškumo lygis priklauso ir nuo lyties – merginos yra empatiškesnės už vaikus.

Siekiant, kad santykiai ir atliekamo darbo kokybė būtų kuo geresni, reikėtų įsijausti į kito žmogaus emocinę būklę, jo patiriamas problemas, poreikius ir stengtis juos suprasti. Tam būtinai reikia empatiškumo. Ypač empatiškumo reikia, kai būsimasis kineziterapeutas dirba su specialiųjų poreikių vaikais. Kineziterapeutai (ir kiti specialistai) turėtų būti empatiški norėdami savo veikloje pasiekti optimalių rezultatų.

## Išvados

1. Įvairūs autoriai empatiją aiškina įvairiai. Teigiama, kad empatija – tai kito emocijų supratimas, emocinis jautrumas, geranoriško dėmesio kitam rodymas, sielvarto apimto žmogaus elgesio supratimas.

2. Savo darbe mes rėmėmės apibrėžimu, kuriame pabrėžiama, kad empatija reikšminga asmenims, kurių darbas yra susijęs arba turi tiesioginį ryšį su žmonėmis (medikams, psichologams, konsultantams, pedagogams, socialiniams pedagogams), asmenybės ypatumai svarbūs jų profesinei sėkmei.

Atjauta, supratingumas, pasitikėjimas ir parama yra būtini dalykai norint pasiekti visapusiškos darnos bendradarbiaujant ir siekiant gerų tarpusavio santykių. Tik tokiam specialistui, kuris gali įsijausti, suprasti, kaip kitas žmogus jaučiasi, gali sektis darbe ir tarpasmeniniuose santykiuose.

3. Hipotezė, kad studentų empatiškumas studijuojant tobulėja, nepasitvirtino.

4. Nustatyta respondentų empatijos lygio priklausomybė nuo lyties: būsimosios kineziterapeutės merginos turi aukštesnį empatijos lygį nei vaikinai.

5. Tiriant nustatyta, kad aukštas empatiškumo lygis vyrauja kaimuose – būsimieji kineziterapeutai, iki studijų gyvenę kaimuose, gauna geresnį auklėjimą, daugiau tėvų rūpesčio ir atjautos.

6. Respondentų empatiškumo priklausomybė nuo kurso nepasitvirtino dėl pernelyg trumpo studijų laiko (4 m.). Manytume, kad empatijos fenomenas yra gana lėtai kintantis asmenybės ypatumas.

## LITERATŪRA

1. Cotton, K. (2001). Developing empathy in children and youth. In: *School Improvement Research Series*. Prieiga per internetą: [http://educationnorthwest.org/webfm\\_send/556](http://educationnorthwest.org/webfm_send/556) (žiūrėta 2012-04-07).
2. Davis M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. In: *JSAS Catalog of Selected Documents of Psychology*, 10, 85.
3. Gailienė, I., Adomaitytė, D. (2009). Aukštesniųjų klasių mokinių asmenybės empatiškumo ypatumai. Iš: *Ugdymo psichologija*. Prieiga per internetą: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&hid=21&sid=0a24908b-0bad-4b66-b970-277e6b81908%40sessionmgr4> (žiūrėta 2011-11-10).
4. Goleman, D. (2001). *Emocinis intelektas*. Vilnius: Presvika.
5. Gudonis, V., Masiokienė, G. (2008). Mokytojų empatiškumo tyrimas. Iš: *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 2(18).
6. Koehn, D. (1998). *Rethinking Feminist Ethics: Care Trust and Empathy*. Londonas: Routledge.
7. Krikštopaitis, M. (1976). *Emocijos, darbingumas ir sveikata*. Vilnius: Mokslas.
8. Kunyk, D., Olson, J., K. (2001). Clarification of conceptualizations of empathy. *Journal of Advanced Nursing*. Prieiga per internetą: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=13&hid=105&sid=4120b47b-66d0-430b-8434-303aaa3299d7%40sessionmgr11> (žiūrėta 2012-03-14).
9. Laužikas, J. (1993). *Pedagoginiai raštai*. Kaunas: Šviesa.
10. Lepeškieienė, V. (1996). *Humanistinis ugdymas mokykloje*. Vilnius: Valstybinis leidybos centras.
11. Malinauskas, R. (2008). Būsimųjų sporto pedagogų empatija: empirinio tyrimo rezultatai. *Mokytojų ugdymas*, 11(2), 46–56.
12. Malinauskas, R.; Žalienė, I. (2006). Socialinio rengimo reikšmė sporto pedagogų gebėjimui kurti palankų pamokos psichologinį klimatą. *Pedagogika*, 82, 80–84.

## THE ANALYSIS OF FUTURE KINESITHERAPISTS' EMPATHY

*Prof. Dr. Habil. Vytautas Gudonis<sup>1</sup>, Prof. Dr. Romualdas Malinauskas<sup>2</sup>, Tadas Šerpetauskas<sup>1</sup>  
Šiauliai University<sup>1</sup>, Lithuanian Academy of Physical Education<sup>2</sup>*

## SUMMARY

The article analyzes the empathy of future kinesitherapists and establishes its level. 356 respondents participated in the research: 64 students of 1<sup>st</sup> and 4<sup>th</sup> year full-time special needs education-kinesitherapy studies of Šiauliai University and 292 students of 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup>, and 4<sup>th</sup> year full-time kinesitherapy studies of Lithuanian Academy of Physical Education. A. Mechrabian and N. Epstain methods were applied to analyze the empathy. It was aimed to reveal the level of empathy in 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup>, and 4<sup>th</sup> year students. The results of 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup>, and 4<sup>th</sup> year students' empathy level research were compared in regard to different aspects: level of empathy among city, small-town and rural areas residents, among persons of different sex and age. When analyzing research data the goal was to establish whether the level of future kinesitherapists had been varying during the study years. Research results have revealed the empathy level of students with high and average emphatic level to vary gradually; additionally, future kinesitherapists had strong potential for empathy growth, i. e. they realized their and others feelings, were open and tolerant to

others opinion and world-view, were sincere and willing to help. Future kinesitherapists' empathy level has a tendency to fluctuate during their studies. There is a growing number of students with average empathy level; and the number of students with low empathy level has a tendency to decrease yearly; exclusively in the last studying years it stays unaltered. The 3<sup>rd</sup> year studies distinguish by the largest number of student with high empathy level and the 2<sup>nd</sup> year studies – with average empathy level students. The low empathy level is typical to the 1<sup>st</sup> year students. We presume that students' empathy level should slightly grow year by year due to the learning of such disciplines as pedagogy, psychology, and sociology as well as due to the internships. Empathy dependence on students' living place before the studies has been noticed: the highest empathy level was identified in students who came from rural areas; slightly lower empathy level – in students who came from city areas; slightly lower empathy level identified in students from small towns.

*Keywords:* empathy, empathy level, kinesitherapist, student.

Vytautas Gudonis  
Višinskio g. 25–511, LT-7635 Šiauliai  
Tel. +370 415 95867  
El. paštas: gudonis@su.lt

Gauta 2012 03 04  
Patvirtinta 2012 06 11

## Futbolo sporto mokyklų futbolininkų agresijos raiškos ypatumai

*Doc. dr. Šarūnas Šniras  
Lietuvos kūno kultūros akademija*

### Santrauka

*Neatsitiktinai pastaraisiais metais agresija, pasireiškianti tiek sportinės kovos, tiek ir ne jos metu, tampa ypač rimta socialine problema. Sportinėje veikloje, agresyvus elgesys yra nepageidautinas ir žalingas reiškinys, todėl mokslininkai aiškinasi, kaip reikėtų agresijos apraiškas labiau mažinti.*

*Mokslinė problema ta, kad vis dar trūksta tyrimų, kuriuose būtų analizuojamas ir kompleksiskai vertinamas komandinių sporto šakų atstovų (mūsų atveju – futbolo sporto mokyklų futbolininkų) agresyvumas pagal lytį ir amžių. Tyrimo tikslas – atskleisti futbolo sporto mokyklų 15–16 ir 17–18 metų futbolininkų agresijos raiškos ypatumus. Tyrimo objektas – 15–16 ir 17–18 metų futbolininkų (vaikinių ir merginų) agresijos raiškos ypatumai. Keliami prielaidai, kad futbolo sporto mokyklų 17–18 metų futbolininkams būdingos įvairesnės agresijos pasireiškimo formos nei 15–16 metų futbolininkams. Taikyti šie tyrimo metodai: A. Buss-A. Durkee klausimynas agresijos raiškos formoms nustatyti, matematinės statistikos analizės metodas – Stjudento t kriterijus. Tyrimas buvo atliktas 2010 metais, ištirta 15–16 ir 17–18 metų 211 futbolininkų (vaikinių ir merginų).*

*Tiriant atskleista, kad futbolo sporto mokyklų vaikinių ir merginų priešiškus vertinamas panašiai (atitinkamai  $15,65 \pm 3,72$  ir  $16,55 \pm 4,42$ ). Pagal apibendrintą priešiškus indeksą statistiškai patikimų skirtumų tarp merginų ir vaikinių nenustatyta ( $p > 0,05$ ). Skirtingos lyties futbolininkų agresyvumo indekso rezultatai rodo, kad vaikinių futbolininkų agresyvumas yra didesnis nei futbolininkų merginų (atitinkamai  $17,17 \pm 3,67$  ir  $16,26 \pm 3,74$  balo). Tyrimo duomenimis, futbolo sporto mokyklų 17–18 metų futbolininkų priešiškus yra statistiškai patikimai ( $p < 0,001$ ) aukštesnio lygio nei 15–16 metų futbolininkų (atitinkamai  $17,76 \pm 3,49$  ir  $14,95 \pm 4,12$  balo). Skirtingo amžiaus fut-*



bolininkų agresyvumo indekso rezultatai rodo, kad 17–18 metų futbolininkų agresyvumas yra didesnis nei 15–16 metų futbolininkų (atitinkamai  $16,71 \pm 3,99$  ir  $15,43 \pm 3,98$  balo). Pagal agresyvumo indekso rodiklį tarp futbolo sporto mokyklų skirtingo amžiaus futbolininkų nustatytas statistiškai patikimas skirtumas ( $t(209) = 2,32$ ;  $p < 0,05$ ).

Taikant A. Buss-A. Durkee klausimyną buvo nustatyta, kad vaikinai futbolininkai statistiškai patikimai palankiau vertina šias agresijos raiškos formas: fizinę agresiją ( $p < 0,001$ ), netiesioginę agresiją ( $p < 0,001$ ), susierzinimą ( $p < 0,001$ ) nei futbolininkės. Merginoms futbolininkėms labiau būdingos šios agresijos formos: skriauda ( $p < 0,001$ ), įtarumas ( $p < 0,001$ ) ir verbalinė agresija ( $p < 0,05$ ). Analizuojant agresijos raišką pagal amžių nustatyta, kad 17–18 metų futbolininkams statistiškai patikimai labiau būdingos agresijos raiškos formos: fizinė agresija ( $p < 0,05$ ), susierzinimas ( $p < 0,001$ ), skriauda ( $p < 0,001$ ), įtarumas ( $p < 0,05$ ), verbalinė agresija ( $p < 0,05$ ), nei 13–15 metų futbolininkams.

**Raktažodžiai:** fizinė, netiesioginė ir verbalinė agresija, susierzinimas, negatyvizmas, skriauda, įtarumas, kaltės jausmas, futbolininkai.

## Įvadas

Socialiniai gyvenimo pokyčiai paskatino jaunųjų sportininkų agresijos protrūkį, padaugėjo agresyvaus elgesio atvejų, agresijos dažnai pasitaiko sportinės kovos metu, o dažnai ji pasireiškia ir labai intensyviai. Neatsitiktinai pastaraisiais metais agresija, pasireiškianti tiek sportinės kovos, tiek ir ne jos metu, tampa ypač rimta socialine problema (Laskytė, Laskienė, 2004; Vaez Mousavi, Shojaei, 2005). Sportinėje veikloje agresyvus elgesys yra nepageidautinas ir žalingas reiškinys, todėl mokslininkai (Ruibytė, 2004) aiškinasi, kaip reikėtų agresijos apraiškas labiau mažinti. Manoma, kad agresijos raiškos lygis kinta priklausomai nuo sporto šakos (Loughead, Leith, 2001), sportininkų meistriškumo (Dumčienė ir kt., 2009), jų amžiaus (Visek, Watson, 2005), lyties (Chow et al., 2009). Tiriant nustatyta, kad kontaktinių sporto šakų sportininkai dažniau susiduria su priešiškais veiksmais ir labiau linkę į agresiją nei kitų sporto šakų atstovai (Endresen, Olweus, 2005). Analizuoti sportuojančių moksleivių agresijos raiškos ypatumai (Laskytė, Laskienė, 2004), pastebėta, kad berniukų dalyvavimas kontaktiniame sporte susijęs su didesne agresija (Keeler, 2007).

Gana plačiai nagrinėjamos įvairios agresyvumo apraiškos, naujausiose mokslinėse publikacijose atskleista, kad agresija pasireiškia beveik visose sporto šakose nuo vaikų iki profesionalių sportininkų, atkreiptas dėmesys į agresiją siekiant pergalės (Visek et al., 2010), akcentuojamas sportininko asmenybės bruožų poveikis agresyvumo raiškai sporto srityje (Endersen, Olweus, 2005), išryškinta, kad sportinė veikla gali ugdyti neigiamus sportuojančių asmenų bruožus: priešišumą, nedrausmingumą, grubumą, skatinančius agresiją (Šniras ir kt., 2007), apžvelgtos regbininkų vyrų, žaidžiančių jaunių ir suaugusiųjų komandose, savęs vertinimo, asmenybės savybių ir agresyvumo formų sąsajos (Zajančauskaitė-Staskevičienė, Milerytė, 2010). Tačiau dar pasigendama tyrimų, kuriuose būtų analizuojamas ir kompleksiskai vertinamas jaunųjų sportininkų agresyvumas pagal lytį ir amžių.

Mokslinė problema išlieka ta, kad vis dar nėra vienareikšmiškai atsakyta į klausimą, kaip pasireiškia komandinių sporto šakų atstovų (mūsų atveju futbolo sporto mokyklų futbolininkų) agresija pagal lytį ir amžių.

**Tyrimo tikslas** – atskleisti futbolo sporto mokyklų 15–16 ir 17–18 metų futbolininkų agresijos raiškos ypatumus.

### Uždaviniai:

1. Palyginti futbolo sporto mokyklų futbolininkų agresijos pasireiškimo formas pagal lytį.
2. Palyginti futbolo sporto mokyklų futbolininkų agresijos pasireiškimo formas pagal amžių.

**Hipotezė.** Keliami prielaida, kad futbolo sporto mokyklų 17–18 metų futbolininkams būdingos įvairesnės agresijos pasireiškimo formos nei 15–16 metų futbolininkams.

## Tyrimo organizavimas ir metodai

Tyrimas atliktas 2010 m. Kauno nacionalinėje futbolo akademijoje, futbolo mokykloje „Tauras“, Vilniaus futbolo mokykloje „Žalgiris“, taip pat buvo apklausiamos merginos iš jaunių (iki 17 m. ir iki 18 m.) rinktinių. Tiriamąją populiaciją sudarė 211 tiriamųjų: 64 vaikinai 15–16 metų ir 49 vaikinai 17–18 metų; 57 merginos 15–16 metų ir 41 mergina 17–18 metų. Apklausa vyko prieš pratybas, gavus tiriamųjų sutikimą. Kiekvienas tiriamasis buvo supažindinamas su apklausos tikslais, anketos pildymo metodika.

Agresijos raiškos formoms nustatyti taikytas A. Buss-A. Durkee klausimynas (Волков, 2002), tyrimo rezultatai analizuoti remiantis matematinės statistikos analizės metodu – Studento  $t$  kriterijumi. Statistinei duomenų analizei atlikti pasitelkta SPSS programa (13.0 versija).

A. Buss-A. Durkee klausimynas sudarytas iš 75 klausimų (Волков, 2002), į kuriuos tiriamieji turėjo atsakyti „TAIP“ arba „NE“. Šis klausimynas leidžia įvertinti skirtingas agresijos pasireiškimo formas. Klausimyno vidinį validumą rodo Cronbacho alfa koeficientai  $\alpha$ . Nustatyta, kad visoms skalėms jie yra nuo 0,500 iki 0,716 (Zajančauskaitė-Staskevičienė, Milerytė, 2010).

Naudotas klausimynas leido įvertinti skirtingas agresijos pasireišimo formas: fizinę, verbalinę, netiesioginę agresijas, susierzinimą, negatyvumą, skriaudą, įtarinėjimą ir kaltės jausmą. Metodikoje pateikiamas agresijos formų apibūdinimas: fizinė agresija – fizinės jėgos naudojimas prieš kitą asmenį; netiesioginė agresija – negatyvizmo išraiška – tiek kreipimasis žodine forma (pvz., pyktis, šauksmas, rėkimas), tiek ir žodinis kreipimasis į kitus asmenis (pvz., grasinimas, prakeikimas, barimas ir pan.) (Волков, 2002). Buvo apskaičiuotas agresyvumo indeksas (kaip apibendrintas rodiklis), kurį sudaro fizinė, netiesioginė ir verbalinė agresija.

Taip pat buvo nustatytas priešiško indeksas, kurį sudaro šie komponentai: susierzinimas, skriaudos raiška, įtarumas ir negatyvizmas. Susierzinimas – polinkis į susierzinimą, pasirengimas mažiausiam susijaudinimui išsiliesti, pasireiškia staigumu, grubumu bendraujant (Волков, 2002). Negatyvizmas – elgesio forma kaip elementas, nukreiptas prieš bet kokį autoritetą (vadovo, organizacijos), jis gali didėti nuo pasyvaus prieštaravimo iki aktyvių veiksmų prieš reikalavimus, taisykles, įstatymus, instrukcijas, valdžios atstovus. Skriaudos raiška – pavydo ir neapykantos aplinkiniams atsiradimas, reiškiamas pykčio jausmu, kerštu, nepasitenkinimu kuo nors arba visu pasauliu už tikras ar įsivaizduojamas kančias. Įtarumas – polinkis į nepasitikėjimą ir atsargų bendravimą su žmonėmis, kylantis iš įsitikinimo, kad aplinkiniai nori ar potencialiai gali pakenkti. Verbalinė agresija – negatyvizmo išraiška, tiek kreipimasis žodine forma (pyktis, šauksmas, riksmas), tiek ir žodžių turinys kreipiantis į kitus asmenis (grasinamas, prakeikiamas, baramas) (Волков, 2002).

Kaltės jausmas – veiksmai ir jų padariniai sau ir aplinkiniams, išsiliejantys iš galimo paties tiriamojo įtikinimo, kad jis blogas žmogus, elgiasi negerai (netinkamai) kenkdamas kitiems žmonėms, jaučia sąžinės kančias už padarytas nuodėmes (Волков, 2002).

Priešiško indeksas (PI) apskaičiuojamas pagal formulę:  $PI = (\Sigma_N + \Sigma_S + \Sigma_{SR} + \Sigma_I)/4$ , čia  $\Sigma_N$  – galutinė 4 skalės (negatyvizmo) balų suma,  $\Sigma_S$  – galutinė 3 skalės (susierzinimo) balų suma,  $\Sigma_{SR}$  – galutinė 5 skalės (skriaudos raiškos) balų suma,  $\Sigma_I$  – galutinė 6 skalės (įtarumo) balų suma. Agresyvumo indeksas (AI) apskaičiuojamas pagal formulę:  $AI = (\Sigma_{FA} + \Sigma_{VA} + \Sigma_{NA})/3$ , čia  $\Sigma_{FA}$  – galutinė 1 skalės (fizinės agresijos) balų suma,  $\Sigma_{VA}$  – galutinė 2 skalės (verbalinės agresijos) balų suma,  $\Sigma_{NA}$  – galutinė 7 skalės (netiesioginės agresijos) balų suma.

### Tyrimo rezultatai

A. Buss-A. Durkee klausimynu agresijos raiškos formoms nustatyti buvo siekiama įvertinti futbolo

sporto mokyklų jaunųjų futbolininkų agresijos pasireišimo formas lyties ir amžiaus aspektu. Analizuojant jaunųjų futbolininkų tyrimo duomenis lyties aspektu, buvo apskaičiuoti vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, o skirtumų patikimumui nustatyti taikytas Stjudento t kriterijus.

Tyrimo rezultatai (1 lentelė) rodo, kad futbolo sporto mokyklų vaikinių ir merginų priešiškus vertinamas panašiai (atitinkamai  $15,65 \pm 3,72$  ir  $16,55 \pm 4,42$ ). Nustačius apibendrintą priešiško indeksą matyti, kad tarp vaikinių ir merginų pagal priešiško indeksą statistiškai patikimų skirtumų nėra ( $p > 0,05$ ).

1 lentelė

**Futbolo sporto mokyklų skirtingos lyties futbolininkų pasiskirstymo pagal agresijos raiškos formas statistiniai rodikliai**

Agresijos pasireišimo formos	Lytis	n	M	SD	t	p
Fizinė agresija	Vaikinai	113	6,25	1,79	6,67	<b>0,000</b>
	Merginos	98	4,64	1,68		
Netiesioginė agresija	Vaikinai	113	5,24	1,53	4,37	<b>0,000</b>
	Merginos	98	4,36	1,41		
Susierzinimas	Vaikinai	113	5,27	1,71	4,07	<b>0,000</b>
	Merginos	98	4,20	2,07		
Negatyvizmas	Vaikinai	113	2,55	1,27	-0,07	0,945
	Merginos	98	2,56	1,38		
Skriauda	Vaikinai	113	3,57	1,43	-3,24	<b>0,001</b>
	Merginos	98	4,18	1,33		
Įtarumas	Vaikinai	113	4,66	1,74	-5,08	<b>0,000</b>
	Merginos	98	5,88	1,71		
Verbalinė agresija	Vaikinai	113	6,16	2,21	-4,88	<b>0,014</b>
	Merginos	98	7,75	2,52		
Kaltės jausmas	Vaikinai	113	5,34	1,87	-1,53	0,127
	Merginos	98	5,74	2,01		
Priešiško indeksas	Vaikinai	113	15,65	3,72	-1,60	0,110
	Merginos	98	16,55	4,42		
Agresyvumo indeksas	Vaikinai	113	17,17	3,67	1,76	0,081
	Merginos	98	16,26	3,74		

Skirtingos lyties futbolininkų agresyvumo indekso rezultatai leidžia teigti, kad vaikinių futbolininkų agresyvumas yra didesnis nei futbolininkų merginų (atitinkamai  $17,17 \pm 3,67$  ir  $16,26 \pm 3,74$  balo). Tai reiškia, kad žaidžiantiems futbolą vaikiniams būdingesni tokie jausmai kaip pyktis, kerštas, nepasitenkinimas savimi ar kitais. Tarp futbolo sporto mokyklų skirtingos lyties futbolininkų pagal agresyvumo indekso rodiklį statistiškai patikimas skirtumas nenustatytas ( $t(209) = 1,76$ ;  $p > 0,05$ ).

Iš tyrimo rezultatų (1 lentelė) matyti, kad futbolo sporto mokyklų skirtingos lyties futbolininkų rezultatai statistiškai patikimai skyrėsi pagal šias agresijos raiškos formas: fizinę agresiją ( $t(209) = 6,67$ ;  $p < 0,001$ ), netiesioginę agresiją ( $t(209) = 4,37$ ;  $p < 0,001$ ), susierzinimą ( $t(209) = 4,07$ ;  $p < 0,001$ ). Galima pažymėti, kad šios agresijos raiškos formos būdingesnės vaikiniams futbolininkams nei merginoms

futbolininkams. Tačiau tyrimo rezultatai rodo, kad kai kurių agresijos raiškos formų (skriaudos, įtarumo, verbalinės agresijos) įverčių vidurkiai aukštesni merginų nei vaikinių futbolininkų. Svarbu pažymėti, kad futbolo sporto mokyklų vaikinių futbolininkų ir merginų futbolininkų skriaudos ( $t(209) = -3,24$ ;  $p < 0,01$ ), įtarumo ( $t(209) = -5,08$ ;  $p < 0,001$ ), verbalinės agresijos ( $t(209) = -4,88$ ;  $p < 0,05$ ) rezultatai patikimai skiriasi, o negatyvizmo ir kaltės jausmo rezultatai statistiškai patikimai nesiskiria ( $p > 0,05$ ).

2 lentelėje pateikiami futbolo sporto mokyklų skirtingo amžiaus jaunųjų futbolininkų tyrimo apie agresijos raišką duomenys. Iš tyrimo duomenų matyti, kad futbolo sporto mokyklų 17–18 metų futbolininkų priešiškas yra statistiškai patikimai aukštesnio lygio nei 15–16 metų futbolininkų. Tai rodo 15–16 metų futbolininkų ( $14,95 \pm 4,12$  balo) ir 17–18 metų futbolininkų ( $17,76 \pm 3,49$  balo) priešiško indekso patikimas ( $p < 0,001$ ) skirtumas.

2 lentelė

**Futbolo sporto mokyklų skirtingo amžiaus futbolininkų pasiskirstymo pagal agresijos raiškos formas statistiniai rodikliai**

Agresijos pasireiškimo formos	Amžius	n	M	SD	t	p
Fizinė agresija	15–16 m.	121	4,76	1,87	2,53	<b>0,012</b>
	17–18 m.	90	5,42	1,95		
Netiesioginė agresija	15–16 m.	121	4,61	1,38	-0,44	0,663
	17–18 m.	90	4,52	1,59		
Susierzinimas	15–16 m.	121	4,60	1,90	4,50	<b>0,000</b>
	17–18 m.	90	5,74	1,78		
Negatyvizmas	15–16 m.	121	2,56	1,38	-0,07	0,945
	17–18 m.	90	2,55	1,27		
Skriauda	15–16 m.	121	3,41	1,38	5,19	<b>0,000</b>
	17–18 m.	90	4,37	1,31		
Įtarumas	15–16 m.	121	4,81	1,51	2,61	<b>0,010</b>
	17–18 m.	90	5,37	1,57		
Verbalinė agresija	15–16 m.	121	6,06	2,34	2,26	<b>0,025</b>
	17–18 m.	90	6,76	2,16		
Kaltės jausmas	15–16 m.	121	5,74	2,01	-1,53	0,127
	17–18 m.	90	5,33	1,87		
Priešiškumo indeksas	15–16 m.	121	14,95	4,12	5,36	<b>0,000</b>
	17–18 m.	90	17,76	3,49		
Agresyvumo indeksas	15–16 m.	121	15,43	3,98	2,32	<b>0,021</b>
	17–18 m.	90	16,71	3,99		

Skirtingo amžiaus futbolininkų agresyvumo indekso rodikliai leidžia teigti, kad 17–18 metų futbolininkų agresyvumas yra didesnis nei 15–16 metų futbolininkų, atitinkamai  $16,71 \pm 3,99$  ir  $15,43 \pm 3,98$  balo. Tai galima paaiškinti tuo, kad 17–18 metų futbolininkai žaisdami dažniau naudoja fizinę jėgą, pyktį, riksmą, grasinimą kitam asmeniui negu jaunesni futbolininkai. Tarp futbolo sporto mokyklų skirtingo amžiaus futbolininkų pagal agresyvumo indekso rodiklį nustatytas statistiškai patikimas skirtumas ( $t(209) = 2,32$ ;  $p < 0,05$ ).

Sportinės veiklos metu 17–18 metų futbolininkams statistiškai patikimai labiau pasireiškia šios agresyvumo raiškos formos: susierzinimas ( $t(209) = 4,50$ ;  $p < 0,001$ ), skriauda ( $t(209) = 5,19$ ;  $p < 0,001$ ), įtarumas ( $t(209) = 2,61$ ;  $p < 0,05$ ), negu jaunesnio amžiaus futbolininkams (2 lentelė).

Duomenys rodo, kad vyresni futbolo sporto mokyklų futbolininkai statistiškai patikimai skiriasi nuo jaunesnių pagal priešiško raiškos formas: fizinę agresiją ( $t(209) = 2,53$ ;  $p < 0,05$ ) ir verbalinę agresiją ( $t(209) = 2,26$ ;  $p < 0,05$ ). Tai leidžia teigti, kad 17–18 metų futbolininkams fizinė ir verbalinė agresija pasireiškia dažniau nei 15–16 metų futbolininkams. Manome, kad šiuos skirtumus būtų galima paaiškinti didesne 17–18 metų futbolininkų sportine patirtimi.

Palyginus skirtingų amžiaus grupių sporto mokyklų futbolininkų pasiskirstymą, statistiškai patikimas skirtumas pagal agresijos raiškos formas: netiesioginę agresiją ir kaltės jausmą, nenustatytas ( $p > 0,05$ ).

## Tyrimo rezultatų aptarimas

Atliekant tyrimą pagrindinis dėmesys skirtas futbolo sporto mokyklų futbolininkų agresijos pasireiškimo formoms, kurios nagrinėtos lyties ir amžiaus aspektu. Išanalizavus futbolininkų agresijos pasireiškimo statistinius rodiklius paaiškėjo, kad vaikiniams labiau nei merginoms futbolininkams būdingos tokios agresijos raiškos formos kaip netiesioginė agresija ir susierzinimas. Tai iš dalies atitinka paskelbtus tyrimo rezultatus, kai buvo atskleista, kad sportuojančių vaikinių agresyvus elgesys pasireiškia dažniau nei sportuojančių merginų (Özakatar, Sanal, 2011). Tačiau kai kurių tyrėjų (Keeler, 2007) požiūriu, vaikiniams geriau sekasi sportuoti, jie pasiekia didesnių laimėjimų, be to, yra fiziškai stipresni, todėl merginos, norėdamos pasiekti panašių sportinių rezultatų, turi įgyti vyriškumo bruožų. Kadangi tai siejasi su agresija, vadinasi, merginos sukuria teigiamą požiūrį į agresyvų elgesį sportinės veiklos metu. Šio mokslininko tyrimo rezultatai taip pat atskleidė, kad sportuojančių merginų ir vaikinių polinkis į agresiją nesiskiria, kai juos vertina treneriai. Kadangi netyrėme, kaip treneriai vertina jaunųjų futbolininkų agresijos raiškos formas, tai negalime palyginti šių duomenų ir įvertinti, ar jie panašūs, ar prieštarauja mūsų tyrimo rezultatams. Tačiau mūsų tyrimas parodė, kad vaikiniams futbolininkams būdingesnė fizinė agresija, o merginoms futbolininkams – emocinio ir verbalinio pobūdžio agresija. Šį mūsų gautą rezultatą patvirtina tyrimo (Chow et al., 2009) duomenys, įrodantys, kad vyriškos lyties sportininkams labiau būdinga fizinė agresija. Nustatyta, kad didelio meis-

triškumo regbio žaidėjų agresija pasireiškia gana dažnai, kai jie turi didelį norą ir tikslą laimėti bet kokia kaina (Maxwell, Visek, 2009). Apibendrinant mūsų tyrimo rezultatus negalima sakyti, kad merginų ar vaikinų, žaidžiantys futbolą, yra agresyvesni, bet galima teigti, kad merginų ir vaikinų pasireiškiančios agresijos formos yra skirtingos.

Palyginus rezultatus amžiaus aspektu nustatyta, kad vyresniems futbolininkams būdingos įvairesnės agresijos pasireiškimo formos, tokios kaip fizinė ir verbalinė agresija, susierzinimas, skriaudos raiška, įtarumas, kaltės jausmas. Kai kurie mūsų tyrimo rezultatai prieštarauja ankstesniems panašioms tyrimams (Zajančiauskaitė-Staskevičienė, Milerytė, 2010), kuriais nustatyta, kad fizinė agresija, įtarumas ir kaltės jausmas būdingesni jaunesniems regbininkams. Mūsų atveju visi šie dalykai būdingesni vyresnio amžiaus grupės futbolininkams. Tai reiškia, kad 17–18 metų futbolininkai dažniau linkę panaudoti fizinę jėgą prieš kitą, labiau išreiškia nepasitikėjimą aplinkiniais, dažniau nei jaunesni futbolininkai rodo kitiems (komandos draugams, varžovams, rungtynių teisėjams) priešiškus jausmus. Zajančiauskaitė-Staskevičienė, Milerytė (2010) yra atskleidusios, kad jaunesni prastai save vertinantys regbininkai turi didesnę polinkį reaguoti pasyviai priešindamiesi (šiuo atveju mūsų rezultatai panašūs, tačiau mes netyrėme futbolininkų savęs vertinimo) ir priešiška elgtis su didesnę statusą turinčiais sportininkais. Pastarųjų metų mokslinėse publikacijose (Chow et al., 2009) vis dažniau diskutuojama, kokios agresijos sąsajos su sportininkų amžiumi, atskleista, jog vyresni sportininkai (pvz., futbolininkai, ledo ritulininkai, regbininkai) dažniau atlieka agresyvius veiksmus, jiems taip pat dažniau pasireiškia ir verbalinės agresijos protrūkiai per rungtynes (Kerr, 2009). Šiuos teiginius patvirtina ir mūsų tyrimo duomenys.

Dumčienė ir kt. (2009), apibendrinami savo tyrimų duomenis, atkreipė dėmesį, kad aukštesnis fizinės agresijos lygis būdingesnis paaugliams, lankančioms sporto šakas, kuriose fizinis kontaktas toleruojamas (futbolas, krepšinis), nei dvikovos sporto šakų atstovams, kur fizinis kontaktas neišvengiamas. Tai gali būti susiję ne vien tik su sporto šaka. Be to, šių tyrimų rezultatai rodo, kad vyresniems sportuojantiems paaugliams būdingesnis žemesnis agresyvumas, kurį tikėtina nulemia meistriskumo augimas. Tai prieštarauja mūsų tyrimui. Visekas ir Watsonas (Visek, Watson, 2005) teigia, kad su amžiumi, o kartu su juo didėjant ir profesionalumui, sportininkai priima agresyvų elgesį kaip savaimę suprantamą sportinės veiklos dalį.

Apibendrinant tyrimo rezultatus reikėtų paminėti, kad agresyvumui sportinėje veikloje daro įtaką ne tik individualūs sportininko bruožai, bet ir įvairūs socialiniai veiksniai, tokie kaip trenerio darbo metodai, sporto šakos taisyklės, įvairios varžybų situacijos. Treneriams būtų tikslinga atsižvelgti į šiuos tyrimo rezultatus siekiant pagerinti savo komandų treniravimo efektyvumą, užkertant kelią neigiamoms sportininkų agresyvumo sukeltoms pasekmėms.

Kaip rodo mokslininkų darbai, būtų naudinga tęsti tyrimus nagrinėjama tema, daugiau dėmesio skirti klausimui, kaip sportuojančių jaunuolių agresyvumas priklauso nuo sportinio meistriskumo. Žinoma, atsakymą į šį klausimą būtų galima rasti tik atlikus naujus tyrimus.

## Išvados

1. Taikant A. Buss-A. Durkee klausimyną buvo nustatyta, kad vaikinai futbolininkai statistiškai patikimai palankiau nei futbolininkės vertina šias agresijos raiškos formas: fizinę agresiją ( $p < 0,001$ ), netiesioginę agresiją ( $p < 0,001$ ), susierzinimą ( $p < 0,001$ ). Merginoms futbolininkėms būdingesnės šios agresijos formos: skriauda ( $p < 0,001$ ), įtarumas ( $p < 0,001$ ) ir verbalinė agresija ( $p < 0,05$ ).

2. Analizuojant agresijos raišką pagal amžių nustatyta, kad 17–18 metų futbolininkams statistiškai patikimai labiau nei 13–15 metų futbolininkams būdingos tokios agresijos raiškos formos: fizinė agresija ( $p < 0,05$ ), susierzinimas ( $p < 0,001$ ), skriauda ( $p < 0,001$ ), įtarumas ( $p < 0,05$ ), verbalinė agresija ( $p < 0,05$ ).

## LITERATŪRA

1. Chow, M. G., Murray, K. E., Feltz, D. L. (2009). Individual, team, and coach predictors of players' likelihood to aggress in youth soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 425–443.
2. Dumčienė, A., Sipavičienė, S., Malinauskas, R., Klizas, Š., Ramanauskienė, R. (2009). Paauglių agresyvaus elgesio sąsajos su fiziniu aktyvumu. *Sveikatos mokslai*, 6(66), 2718–2721.
3. Endersen, I. M., Olweus, D. (2005). Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(5), 468–478.
4. Keeler, L. A. (2007). The differences in sport aggression, life aggression, and life assertion among adult male and female collision, contact, and non-contact sport athletes. *Journal of Sport Behavior*, 30(1), 57–76.
5. Kerr, H. J. (2009). Athlete-to-athlete verbal aggression: a case study of interpersonal communication among elite Australian footballers. *International Journal of Sport Communication*, 2, 360–372.
6. Laskytė, A., Laskienė, S. (2004). 15–17 metų sportuojančių moksleivių agresijos raiška. *Sporto mokslas*, 3(37), 25–30.

7. Maxwell, J. P., Visek, A. J. (2009). Unsanctioned hostile aggression in rugby union: relationships among aggressiveness, anger, athletic identity, and professionalization. *Aggressive Behavior*, 35, 237–243.
8. Özakatar, E. K., Sanal, M. (2011). The investigation of stress and aggression levels in hearing - impaired sportsmen aged between 18–28 years old. *Series Physical Education and Sport Science, Movement and Health*, 11(2), 166–171.
9. Ruibytė, L. (2004). Situacinių veiksnių įtaka sportininkų agresyvaus elgesio poreikiui. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3, 79–84.
10. Šniras, Š., Dumčienė, A., Dumbliauskas, A. (2007). Sportuojančių ir nesportuojančių mokinių socialinių įgūdžių ypatumai. *Pedagogika*, 85, 110–115.
11. Vaez Mousavi, S. M., Shojaei, M. (2005). Association between coaches' behaviors and players' aggressive and assertive actions. *International Journal of Applied Sport Sciences*, 17(2), 35–43.
12. Visek, A. J., Watson, J. C. (2005). Ice hockey players legitimacy of aggression and professionalization of attitudes. *The Sport Psychologist*, 19, 178–192.
13. Visek, A. J., Watson, J. C., Hurst, J. R., Maxwell, J. P., Harris, B. S. (2010). Athletic identity and aggressiveness: a cross-cultural analysis of the athletic identity maintenance model. *Athletic Identity and Aggressiveness*, 8, 99–116.
14. Zajančiauskaitė-Staskevičienė, L., Milerytė, A. (2010). Regbininkų savęs vertinimo ir agresyvumo formų sąsajos. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 3(78), 113–119.
15. Волков, И. П. (2002). *Практикум по спортивной психологии*. Санкт-Петербург: Питер.

## PECULIARITIES OF AGGRESSION PHENOMENON AMONG FOOTBALL PLAYERS OF FOOTBALL SPORT SCHOOLS

*Assoc. Prof. Dr. Šarūnas Šniras*  
*Lithuanian Academy of Physical Education*

### SUMMARY

Lately aggression displayed during the sporting contest and after it becomes a serious social problem. Aggressive behaviour in sport is harmful and not acceptable, thus the ways of diminution of aggression are considered. The scientific problem is lack of investigation both of analyzing and estimating aggression among athletes of team sports (in our case football players of football sport schools) according to their sex and age. The aim of investigation is to reveal the features of aggression of football players aged 15 to 16 and aged 17 to 18. The objects of study are peculiarities of aggression of football players aged 15 to 16 and aged 17 to 18 (boys and girls). It is presumed that there are more forms of aggression among football players aged 17 to 18 than among football players aged 15 to 16. During the research the following methods were applied: the A. Buss – A. Durkee questionnaire (to define the forms of aggression) and mathematical statistics (Student t test). The research was carried out in 2010 with 211 football players aged 15 to 16 and 17 to 18 (boys and girls). The research revealed the fact that animosity among girls and boys football players is estimated alike (correspondingly 15,65±3,73 and 16,55±4,42). According to generalized animosity index significant disparity between girls and boys was not established ( $p > 0,05$ ). Results of aggression index of different sex football players showed that the

aggression of boys football players is of higher level than girls football players (correspondingly 17,17±3,67 and 16,26±3,74). According to results of investigation animosity of football players aged 17 to 18 is statistically significantly of higher level ( $p < 0,001$ ) than of football players aged 15 to 16 (correspondingly 16,71±3,99 and 15,43±3,98 point). According to indicator of aggression index statistically significant difference among football players of different age was defined ( $t(209) = 2,32$ ;  $p < 0,05$ ). When applying the A. Buss – A. Durkee questionnaire it was established that boys football players statistically significantly estimate more favourably such forms of aggression as physical aggression ( $p < 0,001$ ), indirect aggression ( $p < 0,001$ ), irritation ( $p < 0,001$ ); whereas such forms of aggression as offence ( $p < 0,001$ ), suspiciousness ( $p < 0,001$ ) and verbal aggression ( $p < 0,005$ ) are more characteristic to girls football players. Analyzing the display of aggression according to age it was established that such forms of aggression as physical aggression ( $p < 0,05$ ), irritation ( $p < 0,001$ ), offence ( $p < 0,001$ ), suspiciousness ( $p < 0,05$ ), verbal aggression ( $p < 0,05$ ) are significantly more characteristic to football players aged 17 to 18 than to football players aged 13 to 15.

*Keywords:* physical, indirect and verbal aggression, irritation, negativism, display of offence, suspiciousness, feeling of fault, football players.

Šarūnas Šniras

Lietuvos kūno kultūros akademijos Sporto edukologijos fakulteto Sveikatos, fizinio ir socialinio ugdymo katedra  
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas  
Tel.: +370 37 231 560  
El. paštas: s.sniras@lkka.lt

Gauta 2012 03 15  
Patvirtinta 2012 06 11

# The universal combined event for throwers

*Assoc. Prof. Dr. Kęstutis Vislavičius  
Vilnius Gediminas Technical University*

## Summary

*We have to admit that there is no a combined event for throwers that would satisfy each and every sports veteran. Perhaps its existence is even impossible. Therefore, the organizers of sports veterans' competition often include only single throwing events into competition program. Usually there are some events from classical throwing events list: shot put, discus throw, javelin throw or hammer throw, as well as from non-classical events list: stone put, antique discus throw, slingball throw, grenade throw and others.*

*More often the competition organizers are trying to determine the strongest competition thrower estimating the results of each competitor achieved in single events. It is not easy, because sports veterans compete in putting or throwing implements of various weights depending on the age group. Also, each event is containing different amount of results, which can be used in the statistical analysis. The article presents the technique and algorithm which allow to determine the strongest competition thrower. The age of competitors, the weight of implements and particularity of events are evaluated. The technique and algorithm presented are illustrated using results of one competition and the data obtained are analysed. Conclusions and suggestions are presented.*

**Keywords:** *Veterans sports, combined event, age coefficient, event coefficient, level of competition.*

## Introduction

Sports veterans' movement in all over the World especially affected the athletics sport. There were added a lot of events, which are appointed only for veterans. Especially the throwers expanded number of events. Nowadays the most popular events are various combined events.

We have to admit that there is no a combined event that would satisfy each and every sports veteran. Perhaps its existence is even impossible. Let's look at throwers pentathlon – there are two hammer throw events, therefore, the hammer throwers are favoured, like in shockorama discus throwers are in front of others. The Edwin Kollmar's decathlon seems to be too cumbersome.

However, it is obvious that Edwin Kollmar's decathlon is the most universal combined event, because, firstly, it unites classical and non-classical throwing events, secondly, the setting of the events gives everybody equal opportunities to win – from shot putters to discus, javelin or hammer throwers. Finally, in order to win this competition a veteran has to be strong, fast, coordinated and tough. It can even be said that the winner of Edwin Kollmar's decathlon can be fairly called the king of the competition. But this decathlon itself is still really overloaded. To arrange competition properly, 30 sports implements (14 out of them are non-classical), 6 sectors and special tables for results calculations are needed, competition is very long and tiring. There are the main reasons why the competition programs often consist of single events only.

Nowadays, the sports veterans compete not only in the classical throwing events but in non-classical

events too. The most popular non-classical events are: stone put, antique discus throw, slingball throw, one hand hammer throw, grenade throw, historical hammer throw and Scottish (Igmand) hammer throw. Despite the fact that veterans are competing in different single events, organizers of competition want to clarify the strongest competition thrower. Unfortunately, there is an appropriate methodology to enable it to do.

The research presented is based on the mathematical statistical methods (Aivazian, Mkhitarian, 2001; Kendall, 1970; Montgomery, 1977; Saaty, 1980), which are successfully used when comparing various indicators of phenomena and objects. For example, they have been adapted to the determination of the best veteran-thrower of any event, taking into account different age of competitors and different weight of implements (Vislavičius, Pocius, Pečiūra, 2003).

The aim of research is to present the technique and algorithm, which allow to determine the strongest competition thrower. The age of competitors, the weight of implements and particularity of events must be evaluated.

## The algorithm of calculating event coefficients

### *Age group basic standard of the event results*

The veteran-throwers compete in five years age groups: 30-34, 35-39, 40-44, etc. Let us introduce the concept of age group basic standard of the event results. This value describes results of particular age group of an analysed event. It should not be world record, because the one strong athlete can „distort“ relations between basic standards of different age

groups, as well as events. While usually the age group rating list has over twenty records, it is proposed to calculate the average result of the best ten athletes' results. When there is less data (for example, 75-79 age group), then it is proposed to calculate the average result of a half of the best athletes' results.

In addition, statistically least reliable are the results of the youngest and the oldest athletes. Therefore, when calculating the event coefficient it is proposed to evaluate only the nine age groups (from 35 to 79 years) results.

The results of calculation of all age groups basic standards of hammer throw event are presented in Table 1. Initial data are taken from website: <http://www.mastersathletics.net>.

#### Age group standard of the event results

The age group basic standard of the event results is an objective index. It depends only on the results quantity. However, for comparing athletes' results of different age groups, the age coefficients are necessary.

When basic standards  $B_{i,j}$  and age coefficients  $C_{i,j}$  of the  $i$ -th event of the  $j$ -th age group are known, the standards  $\bar{S}_{i,j}$  of the  $i$ -th event of the  $j$ -th age group are equal to:

$$\bar{S}_{i,j} = B_{i,j} \cdot C_{i,j}, \quad i = 1, 2, \dots, n, \quad j = 1, 2, \dots, m, \quad (1)$$

where  $n$  is the number of events;  $m$  is the number of age groups.

When the yearly age coefficients are used instead of age groups coefficients, the middle age of particular age group is used, for example 37, 42, etc.

In practice, the application of age coefficients is dual. Some researchers use age groups coefficients, while others – yearly age coefficients. Moreover, there is no information about the age coefficients

setting methodology, which is not given even by the World Masters Association (WMA).

If age coefficients are good, the all age groups standards of the event results (which are calculated when the basic standard is multiplied by the age coefficient) have to be approximately equal to each other. Analysis of results shows that even the WMA's age coefficients are not accurate. The age groups standards of the hammer throw event results, which are calculated using the WMA's age coefficients, are presented in Table 2. The analysis of results shows that some age groups standards are higher than the World record (86,74 m). These standards are written in bold. The age group standards of the Scottish hammer throw event results are presented in Table 3. Initial data are taken from (LSW Spezialsport: Bestleistungen, Statistik und Meisterschaften, 1990-2011; LSW Senioren-Leichtathletik-Zeitung, 1990-2003; website: [://www.lsw-spezialsport.de](http://www.lsw-spezialsport.de); website: <http://www.pkwla.eurekaweb.pl>), the yearly age coefficients are calculated using the methodology from the article (Vislavičius, Pocius, Pečiūra, 2003). The analysis of results shows that in this case the age coefficients are more precise than the age coefficients of WMA. In Table 3 there is only one standard written in bold.

Table 2

#### Hammer throw event statistics

Age group	Basic standard	Yearly age coefficient	Standard
35-39	82,27	1,0304	84,77
40-44	76,25	1,1194	85,35
45-49	63,92	1,2324	78,78
50-54	64,38	1,2156	78,26
55-59	60,33	1,3616	82,15
60-64	60,84	1,4725	<b>89,59</b>
65-69	54,26	1,6706	<b>90,65</b>
70-74	53,27	1,7072	<b>90,94</b>
75-79	45,54	2,0063	<b>91,37</b>
Event standard			85,76
Event statistical coefficient			1,17

Table 1

#### The results of calculation of all age groups basic standards of hammer throw event

Age group	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94
Number of results	65	55	50	46	44	50	46	45	31	23	20	7
Results	83,62	82,23	70,36	71,71	63,70	63,32	55,74	59,04	51,51	43,23	32,52	24,61
	82,80	80,03	67,74	66,92	62,37	62,72	55,70	55,36	47,67	43,11	32,20	24,51
	82,62	78,36	64,70	65,30	60,88	61,76	54,79	53,12	45,92	41,38	29,99	23,91
	82,52	75,76	63,46	63,66	60,26	61,70	54,08	52,95	44,93	40,07	29,55	23,87
	82,45	75,66	63,45	63,56	60,10	61,54	54,06	52,70	44,70	39,72	29,36	
	82,16	75,62	62,86	63,22	59,74	61,19	53,82	52,63	44,51	38,98	28,72	
	81,86	74,49	62,52	62,73	59,52	59,97	53,80	52,42	44,36	38,78	28,36	
	81,75	74,34	62,13	62,51	59,43	59,72	53,67	52,02	44,31	37,85	28,01	
	81,66	73,63	61,20	62,16	58,78	58,39	53,60	51,65	43,84	37,41	27,90	
81,27	72,40	60,80	62,00	58,54	58,10	53,32	50,78	43,62	37,18	27,51		
Basic standard	82,27	76,25	63,92	64,38	60,33	60,84	54,26	53,27	45,54	39,77	29,41	24,23



Table 3

*Scottish hammer throw event statistics*

Age group	Basic standard	Yearly age coefficient	Standard
35-39	20,06	1,052	21,10
40-44	18,03	1,102	19,87
45-49	19,66	1,165	22,90
50-54	25,59	0,846	2,65
55-59	23,04	0,912	21,01
60-64	22,74	0,994	22,60
65-69	19,31	1,095	21,14
70-74	27,60	0,911	<b>25,14</b>
75-79	21,20	1,027	21,77
Event standard			21,91
Event statistical coefficient			4,56

*Standard of the event results*

When the standards  $\bar{S}_{i,j}$  of the  $i$ -th event of the  $j$ -th age group are known, the standards  $\bar{S}_i$  of the  $i$ -th event are calculated using the following formula:

$$S_i = \frac{\sum_{j=1}^m \bar{S}_{i,j}}{m}, \quad i = 1, 2, \dots, n. \quad (2)$$

The standards of classical and Scottish hammers throw events are written in one row from the bottom of Tables 2 and 3. The standards of throwing events investigated are presented in Table 4.

*Statistical coefficient of the event*

Having separate events standards, the achieved result level can be assessed in two ways. In the first case the part of athletes' achieved results in comparison with the standard is calculated. In the second case the percentage of the achieved result by the standard event is determined. The first method is not picturesque; therefore the second method is discussed in the article.

It is assumed that the accredited standard of all events is the same and equals 100 m. Then the event statistical coefficient of  $i$ -th event is:

$$\alpha_i = \frac{100}{S_i}, \quad i = 1, 2, \dots, n. \quad (3)$$

The statistical coefficients of classical and Scottish hammers throw events are presented in the last rows of Tables 2 and 3. The statistical coefficients of throwing events investigated are presented in Table 4.

The achieved result multiplied by the event statistical coefficient is named by the comparative result. The comparative result shows the level of the achieved result. If, for example, it is equal to 80.00 m, this means that it represents 80% of the event standard **independently if it is** a shot put, discus throw or other event.

Table 4

*Coefficients of events*

No.	Event	Standard of event (m)	Statistical coefficient of event	Coefficient of event popularity	Coefficient of event
1.	Shot put	22,58	4,43	1	4,43
2.	Discus throw	69,23	1,44	1	1,44
3.	Javelin throw	89,58	1,12	1	1,12
4.	Hammer throw	85,76	1,17	1	1,17
5.	Weight throw	23,53	4,25	0,92	3,91
6.	Stone put	11,20	8,93	0,82	7,32
7.	Antique discus throw	27,31	3,66	0,85	3,11
8.	Sling ball throw	70,29	1,42	0,82	1,16
9.	One hand hammer throw	30,85	3,24	0,80	2,59
10.	Grenade throw	73,17	1,37	0,82	1,12
11.	Historical hammer throw	12,70	7,87	0,84	6,61
12.	Scottish hammer throw	21,91	4,56	0,75	3,42

*Coefficient of event*

The computational experiment (the athletes' results achieved in the same competition were investigated) has showed that comparative results of different events are significantly different. It became obvious that the coefficient of event popularity or coefficient of sample size is necessary. The analysis of results showed that the smallest comparative results are in classic events (shot put, discus, javelin and hammer throws), slightly higher – in weight throw event, and even more higher comparative results are in non-classical throwing events. The largest comparative results are in the Scottish hammer throw event, which is the “younger” non-classical event. Such increase of comparative results can be easily explained. Competitions of classic throwing events for veterans have already been carried out for more than 36 years. In 1975 in Toronto (Canada) the first veteran athletics World championship was held, which was attended by 1427 athletes from 32 countries. The weight throw event was added much later in the program of the World, European veteran athletics championships or World Master Games. In 1990 the first World veteran championship of the non-classical throwing events was held and the Scottish hammer throw event was included in the World veteran championship program only a decade ago. Because the comparative results of classical events are almost equal, it was recommended to set the one event popularity coefficient, which equals to one. The event popularity coefficients of all investigated throwing events are presented in Table 4.

Finally, let's denote the event popularity coefficient of the  $i$ -th event by  $\beta_i$  and the achieved result by  $R_i$ . Then the coefficient of the  $i$ -th event

$$\lambda_i = \beta_i \cdot \alpha_i, \quad i = 1, 2, \dots, n. \quad (4)$$

Finally, the comparative result (or index of result level) of the  $i$ -th event

$$L_i = \lambda_i \cdot R_i, \quad i = 1, 2, \dots, n. \quad (5)$$

The coefficients of investigated events are presented in Table 4.

### Numerical experiment

The technique presented was used in “Five hammers-2011” competition, which was held in Alytus. In the competition sport veterans of various capacity and sports specialization took place. The results are presented in Table 5.

The analysis of results, which was obtained using technique presented, gives a lot of interesting information. First of all, every athlete can see the best and worst results achieved in any event. For example, the best start of R. Medišauskas is in historic hammer throw event (75,20 m), worst - in one hand hammer throw event (62,78 m). Also, each athlete can see the comparative result in combined event. For example, the comparative result of R. Medišauskas (69,96 m) shows, that it makes up 69.96% of the event standard. The result in bold (Table 5) characterizes the level of the competition (in Alytus it was 56,41 m). According to this indicator the competitions can be divided by ratings.

**Note.** In the last line of Table 5 there are presented comparative results of the separate events, which are minimally different. According to these results it can be said that the all athletes were equally strong in separate events and that event popularity coefficients are determined sufficiently exactly when there was little statistical data.

### Conclusions

1. In the article it has been shown, that WMA's age coefficients are not accurate. They are not objectively higher for older sports veterans.

2. When comparing the comparative results of classical and non-classical throwing events, it has been noticed, that because of very different quantities of results it is necessary to determine the event popularity coefficients.

3. Numerical experiments have shown that technique presented is simple, it does not complicate the competition secretariat work (the result must be multiplied by event coefficient only) and adds variety to veterans competition, allowing to determine the comparative result of a winner as well as the index of competition level.

4. There is possible to adjust the yearly age coefficients of separate events, when determining the age groups standards of the events results.

5. The article presents the event coefficients only for men. Using the same methodology, event coefficients for women have to be determined too.

6. The age groups basic standards of the events results are objective (it depends only of sample size). Less objective are the age groups standards of the events results, because the age coefficients are used in their establishment. They are obtained by different methods. The least objective are event popularity coefficients, because there is not much data, when the same athletes competed in separate classical and not-classical events in the same competition. Therefore, it is proposed to recalculate the event coefficients in about every ten, fifteen years.

Table 5

Results of “Five hammers-2011” competition

No.	Sportsman	Age	Hammer		Weight		One hand hammer		Historical hammer		Scottish hammer		Combined event	
			*	**	*	**	*	**	*	**	*	**	Result	Index of result level
1.	Medišauskas R.	49	48,16	72,24	14,33	69,79	21,10	63,72	9,28	75,17	16,81	68,75	349,67	69,93
3.	Pridotkas G.	53	42,80	62,06	16,08	73,49	18,77	59,88	8,17	71,00	25,25	73,98	340,41	68,08
4.	Kulbokas L.	49	40,87	61,31	14,07	68,52	22,55	68,10	8,35	67,64	17,93	73,33	338,90	67,78
2.	Baltrušaitis J.	52	46,32	65,77	14,67	65,87	15,40	48,36	6,44	54,93	20,46	59,13	294,06	58,81
5.	Jančiauskas R.	42	43,16	56,54	10,33	45,45	21,25	59,50	7,32	53,73	14,17	53,42	268,64	53,73
6.	Baranauskas D.	25	37,68	44,09	11,21	43,83	19,85	51,41	6,17	40,78	13,9	47,54	227,65	45,53
7.	Kunc R.	40	33,03	41,62	9,71	41,56	17,06	47,09	6,09	43,48	13,28	49,14	222,89	44,58
8.	Sniečkus D.	38	31,62	38,58	9,66	40,28	16,25	44,20	6,22	43,73	13,61	49,40	216,19	43,24
Comparative results				55,28		56,10		55,28		56,31		59,34		56,46

\* - achieved result; \*\* - comparative result (achieved result multiplied by coefficient of event)

Note: The index of competition level is 56,46 m

## REFERENCE

1. Aivazian, S. A., Mkhitarian, V. S. (2001). *Probability Theory and Applied Statistics (in Russian)*. Vol. 1. Moscow: Unity.
2. Kendall, M. (1970). *Rank Correlation Methods*. 4<sup>th</sup> ed. London: Griffin and Co.
3. *LSW Spezialsport: Bestleistungen, Statistik und Meisterschaften (1990-2011)*. Redaktion Jean-Marc Rheder, Detastr. 12, 37431 Bad Lauterberg.
4. *LSW Senioren-Leichtathletik-Zeitung, (1990-2003)*. E. Kollmar Verlag, Postfach 1551, 35725 Herborn.
5. Montgomery, D. C. (1977). *Introduction to Statistical Quality Control*. New York, Chichester, Brisbane, Toronto, Singapore: John Wiley&Sons, Inc.
6. Saaty, T. L. (1980). *The Analytic Hierarchy Process*. New York: M. Graw-Hill.
7. Vislavičius, K., Pocius, J. A., Pečiūra, J. (2003). Yearly age coefficients determination problems (in Lithuanian). *Sporto mokslas*, 2(32), 19–24.
8. Website: <http://www.lsw-spezialsport.de>.
9. Website: <http://www.mastersathletics.net>.
10. Website: <http://www.pkwla.eurekaweb.pl/>

## UNIVERSALIOJI METIKŲ DAUGIAKOVĖ

**Doc. dr. Kęstutis Vislavičius**  
*Vilniaus Gedimino technikos universitetas*

## SANTRAUKA

Pasaulyje besiplečiantis sporto veteranų sąjūdis neaplenkė ir lengvosios atletikos. Ją papildė daug rungčių, pritaikytų tik sporto veteranams. Naujų rungčių gausa išsiskiria metikų varžybos. Populiariausios rungtys – įvairios daugiakovės. Vienas jų sudaro tik klasikinės lengvosios atletikos rungtys, kitas – klasikinės ir originalios rungtys, kai kurios iš jų pripažintos pasauliniu mastu (pavyzdžiui, metikų penkiakovė, kuri įtraukta į pasaulio ir Europos lengvosios atletikos čempionatų programą), o kitos populiarios tik tam tikrose šalyse (pavyzdžiui, Vokietijoje populiari rutulio stūmimo penkiakovė, Vengrijoje – trumpojo kūjo metimo trikovė, Lietuvoje – svarsčio metimo penkiakovė).

Reikia pripažinti, kad dar nėra daugiakovės, kuri tenkintų visų veteranų norus (matyt, tokios daugiakovės ir negali būti). Todėl į metikų veteranų varžybų programą dažnai, be klasikinių metimo rungčių (rutulio stūmimo, disko, ieties, kūjo ar trumpojo kūjo metimo), įtraukiamos ir neklasikinės metimų rungtys:

akmens stūmimas, Antikos disko metimas, kamuolio su kilpa metimas, granatos metimas ir kitos. Dažnai varžybų organizatoriai nori nustatyti geriausią tarp geriausių varžybų dalyvį įvertindami veteranų pasiektus rezultatus atskirų rungčių varžybose. Tai nėra paprasčiausia, nes veteranai varžosi atskirose amžiaus grupėse stumdydami ar mėtydami įvairios masės sportinius įrankius. Be to, rungtys labai įvairios, turi skirtingus kiekius rezultatų, reikalingų statistinei analizei.

Straipsnyje pateikiama metodika geriausiam tarp geriausių varžybų dalyviui nustatyti, nepriklausomai nuo to, kokios rungtys buvo įrašytos į varžybų programą. Ji įvertina ir sportininko amžių, ir rungties specifiką, ir rungties rezultatų skaičių. Trylikai populiariausių rungčių nustatyti rungčių koeficientai. Pateiktas rungčių koeficientų taikymo pavyzdys. Atlikta rezultatų analizė.

*Raktažodžiai:* veteranų sportas, daugiakovės, amžiaus koeficientas, rungties koeficientas, varžybų lygio rodiklis.

Kęstutis Vislavičius  
S. Stanevičiaus g. 11-1, LT-07134, Vilnius  
Tel. +370 699 67349  
El. paštas: [vislavicius@vgtu.lt](mailto:vislavicius@vgtu.lt)

Gauta 2012 01 21  
Patvirtinta 2012 06 11

## A child as a physical activity stimulator in a family

**Assoc. Prof. Dr. Zina Birontienė**  
*Klaipėda University*

### Summary

*The research aim was to examine some factors of physical activity in families with 5-6 years-old children and physical education in the kindergarten, and to assess the effectiveness of the created educational project of physical activity stimulation in a family. The following research methods were applied: the project of physical activity stimulation in a family, survey, group conversations with children, descriptive statistics. The project lasted for three months. 278 families with 5-6 years-old children from 17 Klaipėda preschool institutions participated in it. Children*

participated in physical education classes in the kindergarten twice a week. They learnt different tasks and games during them. The teacher continuously emphasised which tasks and games should be performed at home together with parents. Three pieces of homework were given every week (for 30 min). The homework consisted only of those physical activities, tasks, and games which were performed in physical education classes in the kindergarten; therefore, they were measured, uncomplicated, and realised in such a way that at least one of the parents could definitely perform them together with their child.

The research data suggests that the majority of the 5-6 years-olds' parents, participating in the project of physical activity stimulation in a family, had higher education, a half of them did mental, sitting job, and only a tenth did sport systematically. Parents thought that the majority of their children were physically active, often asked their family members to do sport together, a third of them attended sports and dance clubs. The majority of the parents were positive about children's physical education in the kindergarten; however, more than four fifths did not assist in organising health and sport events. The majority of the children liked physical education classes during the project of physical activity stimulation in a family, and they willingly told their family members about physical activity content. Family members mostly performed homework tasks together with the child 1-3 times a week, but not systematically. Mother or father mostly did sport together with the child. A child, who is systematically physically trained in a preschool institution, can stimulate his family's physical activity. Five-six year-old children liked being the organisers of physical activity in their family. During the project the children often asked their family members to perform together the tasks or games, they had learnt in the kindergarten, at home. They were able to reveal clearly to the teacher the situations of physical activity in their family. On the other hand, children are just a go between a teacher and their parents. They are unable to realise all their physical potential by themselves, defeat parents' unwillingness to do sport together, therefore, close collaboration between teachers and parents is essential. Both preschool teachers and parents should see physical activity as a basic (self)-educational component, model child's physical activity, create favourable physical and social environment.

**Keywords:** a child, a family, physical activity, stimulation, collaboration.

## Introduction

Scientists are concerned not only about decreasing adult people physical activity, but also of children. Undoubtedly, one's physical activity, physical strength, and health are closely correlated.

They are influenced by other factors (lifestyle, attitudes, social and physical environment, inheritance) as well (Bouchard, Shephard, 1994). Due to the complexity of the research, preschool children have been researched the least, especially the effect of different motivational (educational) programmes for increasing children's physical activity. Children's physical activity depends on a variety of factors, especially on parents' and teachers' attitudes. Numerous researchers (Moore, Lombardi, White, Campbell et al., 1991; Iannotti, Sallis, Chen et al., 2005; Sigmund, Turonova, Sigmundova et al., 2008; Alderman, Benham-Deal, Jenkins, 2010) emphasise family's impact on child's physical activity: the more active parents, the more active children. Parents can clearly have a major impact on the development of active lifestyles in their children. Activity patterns have been found to track over the lifespan, thus efforts to promote physical activity at a young age can have major public health benefits (Malina, 1996). On the other hand, it is genetically determined that young children are more active than adult people, thus, children can stimulate their parents and other family members to increase physical activity, to spend free time more actively.

According to Piech (2004), the first such experiment was conducted in Czechoslovakia in 1964-1967 in 2-6 years-old children's families. Later family's physical activity research was conducted by Piech (2004), Piech, Baraniecka (2011), Bula-Biteniece (2011). They had a common idea not only to research the factors effecting family's physical activity, parents' and teachers' attitude towards children's physical activity, but also to create programmes for physical activity stimulation. Employing these programmes, children can stimulate their family members (especially parents) to become more physically active. Child's actions can be an appropriate model for physical activity stimulation for the whole family. Lifestyles of the families having preschool children have been little researched in Lithuania, few researches have been conducted which analyse the impact of physical education programmes on children's physical activity. Especially there is little research which analyses families', having preschool children, physical activity.

**The research aim** is to examine some dimensions of physical activity in families with 5-6 years-old children and physical education in the kindergarten, and to assess the effectiveness of the created educational project of physical activity stimulation in a family.

## Research methodology

The following methods were applied: project of physical activity stimulation in a family, survey,

group conversations with children, descriptive statistics.

*Project of physical activity stimulation in a family (PPASF).* The head of Education Department of Klaipėda City Municipality, administration of preschool institutions, teachers, parents and their children were acknowledged with the project. 278 families with 5-6 years-old children volunteered to participate in the project. The children attended 17 Klaipėda city preschool institutions. The three-month long project was realised by the teachers in charge of health and physical education in the kindergarten.

5-6 year-old children participated in physical education classes (25-30 minutes long) twice a week. The conspectus of physical education classes was prepared by a physical education teacher and was applied very flexibly. The content of the conspectus was very diverse, but the following aspects were especially important:

- Physical activity (physical tasks, exercises, games) was chosen in such a way that a child could perform it together with his parents as homework tasks (pair activities were especially suitable);
- Physical activity should be quite simple and various, tasks and games should develop different motor skills, spatial orientation, directional awareness, eye and hand coordination, sensomotor, correct posture;
- Physical activity which provides joy of movement;
- Very simple equipment (balls, ribbons, newspapers, balloons etc) is used for physical activity.

During every physical education class the teacher emphasised which tasks and games should be performed at home together with parents as homework tasks. Two pieces of homework were given a week (i.e. after each physical education class). Children asked their parents to perform together with them the tasks they had performed in the kindergarten during physical education classes. The frequency and length of homework tasks were the same as in the kindergarten (30 min twice a week), with the third time – at the weekend. The form and content depended on family's needs and abilities. It was important that during the third time at least one of the parents could devote not less than half an hour for physical activity. The homework tasks consisted only of those physical activities, tasks, and games which had been performed during

physical education classes, therefore, everything was measured, uncomplicated, and realised in such a way that at least one of the parents could perform it together with their child. The possibility that a child could do homework tasks together with both parents was also considered. Children could ask not only parents, but also any other member of their family (sister, brother, grandparents) to be their physical activity partners.

During the PPASF parents photographed and recorded everything, while children drew family's engagement in physical activity. Physical activity events were organised in every institution, and at the end of the project a joint health day with all participating families was organised at the seaside, as well as the exhibition of children's pictures.

**Survey.** The first survey examined some aspects of children's and parents' physical activity. The second survey examined the subjective parents' attitude towards their child's physical education in the kindergarten, as well as the effectiveness of the applied PPASF project. All the participating parents received questionnaires. 228 correctly filled in questionnaires were returned. Next questionnaires were distributed after the three-month long project. 190 of them were returned.

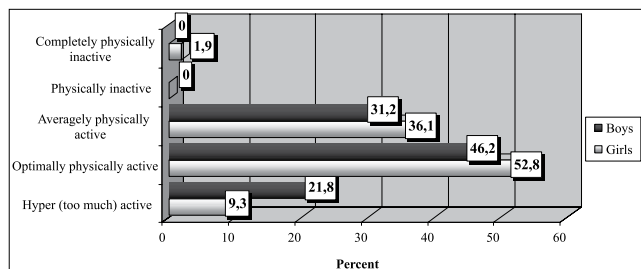
**Group conversations with children.** In order to assess qualitatively the reasons of parents' participation or non-participation in children's initiated physical activity, activity content, aspects of physical and social environment, once a week after a physical education class the teacher discussed with the children last week's work at home. Children's thoughts were recorded in a special journal. Parents had been informed about these conversations. During these conversations the teacher could learn which children performed tasks at home and motivated them to make even more effort. It was purposeful, but ethical way to indirectly motivate those children who had not performed homework tasks with their parents. The obtained information was very important for improving homework tasks, creating them more purposefully and interestingly.

**Statistic analysis.** The frequency of answers is calculated in percent. Data processing programme SPSS packet version 12.0 was employed to process the data.

## Research results

The first questionnaires of the PPASF project were filled in mostly (88.2%) by mothers. Two thirds

of the respondents (62.3%) had higher education. Almost a half (44.7%) of the respondents had mental and physically passive jobs. Only 10.5% of mothers and 12.3% of fathers did sport systematically. The majority of the respondents thought that their child was optimally or at the average physically active; there were such parents who thought that their child was too active.



**Fig. 1.** Children's physical activity based on subjective parents' attitude

The research revealed that 32.5% of the children attended sports or dance clubs, and they had trainings mostly twice a week for 30-45 min each time. The children's desire to play outside depended mostly on the season: in summer 95.2% of the girls and 88.1% of the boys played outside willingly, while in winter correspondingly 26.4% and 15.1%.

Children often ask their family members to do sport and to play actively (Table 1), however, only 14.5% of mothers and 16.7% of fathers always agree to do sport together (Table 2).

Table 1

**The frequency of children asking their family members to do sport, play active and/or sport games together (before PASF project)**

Family members	Frequency of asking (%)					
	never	very rarely (less than once in half a year – several months)	rarely (once a month)	quite often (once a week)	very often	always
mother	1.8	5.3	13.6	27.6	25.4	18.4
father	0.9	3.1	14.9	16.7	26.8	21.5
brother	0.4	1.0	3.9	4.4	10.1	13.6
sister	0.9	1.3	1.8	5.7	7.0	11.8
both parents	0.4	1.8	4.8	3.9	7.5	3.5
grandmother	6.1	5.3	9.6	2.7	7.0	5.7
grandfather	4.8	4.4	1.8	8.8	3.5	4.4

Parents thought that they were capable to do sport with their child. Very few stated that it was not necessary (1.8%) or unacceptable (0.9%) for them to do sport with their child. Parents stated that the main reason for not doing sport with their children when they asked to was the lack of time (61.3%),

and 13.2% of them admitted being lazy or unwilling to do so.

Table 2

**The frequency of family members agreeing to do sport together when a child asks to (before PASF project)**

Family members	The frequency of doing sport (%)					
	never	very rarely (less than once in half a year – several months)	rarely (once a month)	quite often (once a week)	very often	always
mother	0.4	5.3	16.7	32.2	23.2	14.5
father	0	4.8	1	26.6	23.7	16.7
brother	0	1.8	1.8	16.6	9.3	12.7
sister	0.4	1.8	4.4	6.1	7.5	8.3
both parents	0	3.1	2.2	4.8	5.7	2.6
grandmother	3.5	6.6	3.5	1.8	12.7	6.6
grandfather	4.8	3.5	4.4	11.4	6.6	6.1

82.8% of the parents agreed that their children's health depended on their physical activity, and 88.6% stated that it is important for them that their child would be physically active. The majority of the parents (96.4%) thought that a physical education specialist was essential in the kindergarten and agreed (94.4%) that their child acquires physical activity skills and practice in the kindergarten. The majority of the parents (96.4%) stated that there were systematic physical education activities and different sport and health events (84.6%) in the kindergarten their child attended, however, only 16.5% of the parents stated that they had helped to organise some events themselves.

After the three-month long PASF project, parents were asked how often their children told their family members what they had been doing in physical education classes. It appeared that 35.0% spoke about their physical activity once a week, 23.6% – 2-3 times a week, and 20.7% of the children - every day. 80.0% of the children liked the content of physical education classes in the kindergarten, and only 14.2% did not like them much. Parents thought that their children mostly liked playing active games and performing tasks with different balls (Figure 2). 18.6% of the children stated that they did not like exercises which developed correct posture. During systematic conversations between teachers and children, it was determined that children mostly disliked boring exercises or those that their parents or other family members were not capable to perform. „Mum cannot do it, so she makes me do it alone“; „My brother could not bend, so I had to pull very hard“ etc.

Parents stated that 30.0% of the children informed or reminded their family members about



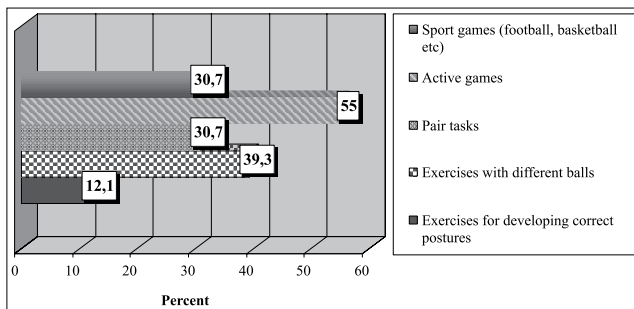


Fig. 2. Children's favourite physical activity during physical education classes in the kindergarten

physical education homework tasks, which had to be performed together with at least one family member, once a week, 25.7% - 2-3 times a week, 15.7% - daily. 12.1% never spoke about that. Family members did not perform homework tasks together with the child systematically, but mostly 1-3 times a week. Mother or father was the family members who mostly did sport with their child.

Table 3

**The frequency of family members doing sport (doing homework tasks) with the child during the PASF project**

Family members	Never	Rarely (1-3 times a month)	Quite often (once a week)	Very often (1-2-3 times a week), but not systematically	Always (3 times a week), systematically
mother	5,7	25,7	27,1	21,4	2,9
father	7,9	20,0	21,4	11,4	1,4
brother	1,4	7,1	7,9	5,0	2,9
sister	2,9	5,2	7,9	7,1	1,4
both parents	-	3,5	3,6	-	1,4
all family	0,7	3,6	2,1	-	-
grandmother	2,9	7,2	2,9	1,4	0,7
grandfather	3,6	5,7	2,1	1,4	1,4

Children liked stimulating their family members to do sport, they felt as „teachers“. During the systematic group conversations with the teacher, the children told: „Mum liked it because I taught her new exercises“; „I was doing sport with my dad, but he wasn't very good at it [...] so I taught him“; „My parents were happy that my sisters also did sport together with me“; „After I asked to do sport, now the whole family do morning exercises“ etc. Children were especially happy when joint physical activity with their family members brought them positive emotions, and when parents praised them: „My dad said that the tasks were good“; „My dad liked the exercise called „Horses“, and mum liked „bridge“, while my sister liked the exercise where you have to hold hands, and then fall...“; When my dad was crawling through mum's „built“ „tunnel“ [...] we all were laughing“. Unfortunately, parents not always supported their child's wish to perform physical tasks together in their family: „My father didn't feel

like doing it“; „Mum said: I'll do sport in summer“; „Nobody does sport with me because they watch TV serials“. Both before and during the SPAF project, parents stated that the main reason for not doing sport with their child was the lack of time (53%), and 8.3% confessed that they did not like doing sport. Children spoke: „They couldn't because they were busy“, „They didn't play because they were looking after my little sister“; „My mum is lazy, and she told me to do sport with my father“; „My dad is always watching TV, and mum does not do sport with me“ etc.

During the three months of the PASF project, even 74.3% of the parents bought sportswear or trainers for their children or other family members, sports equipment for their child. Parents mostly bought their children different balls, bicycles or scooters. After the PASF project, 40.0% of the parents confessed that physical activity (homework tasks) together with their child was additional knowledge about their children and their development, the source of new practical experience, 34.3% had doubts about that, and 15.7% of the parents did not agree with such statement. When asked why they had participated in the all families' joint sports day, 32.9% of the parents stated that they really wanted to participate in it, and 18.6% participated because their children had asked to, the rest did not answer this question. More than half of the parents (53.5%) enjoyed participating together with their child in family's sports day. 36.2% of the parents believed that participation in the PASF project would increase family's physical activity. 37.4% of the parents did not agree with this statement, the rest had doubts.

### Discussion of the research results

A family, in which a child grows, is important for his health development and maturing for school. Even requirements in a family and kindergarten are essential for child's harmonious growth, maturing for school and development of health preserving competence. Teachers must know parents' experience, strengths, and family's attitude. Pedagogical collaboration is beneficial for all participants of the process (Birontienė, 2011). Unfortunately, only few parents understand that both parents and teachers are equally responsible for their children's health, not all parents speak with their children about healthy lifestyle, the majority of 5-6 years-old children's, who attend kindergartens, parents do not pay enough attention to their children's physical activity, organisation

of active rest at home (Dilienė, 1999; Dregval, Petrauskienė, Pelkutė 2007). The research conducted in Latvia (Bula-Biteniece, Grants, Jansone, 2010) shows that almost a half of preschoolers' parents do not know enough about the necessity of physical activity for harmonious child's development, do not help to organise and do not participate in family's sport events in the kindergarten. Bula-Biteniece's et al. (2010) research shows that the majority of teachers are competent in collaboration with parents and motivate them to participate in sport events of the preschool institution, however, more than a tenth of teachers complain about too big work load, and admit having only superficial knowledge about children's physical activity and its benefits for child's development, little discussing the content of physical activity with parents. Children's physical activity is important for the majority of the parents, having participated in our research, however, they admitted helping preschool teachers even less (than in Latvian research) to organise health and sport events.

Analysing the reasons why parents do not do sport together with their children, our research partly does not correspond to Bula-Biteniece's et al. (2010) research. The parents, researched in Latvia, stated that they were very busy, were not interested in their children's physical activity. More than a half of parents try to have joint physical activity together with their children, but they feel the lack of knowledge and practical experience of having physical activity with young children. They are too tired after work, therefore, they think that preschoolers are active enough and can be physically active on their own. The parents who participated in our research also named the lack of time as the main reason for not doing sport together with their child, a part admitted not willing to or being lazy, but they did not think that they were not capable to do sport with their child. The results of the research, conducted in Poland, are also similar (Piech, Baraniecka, 2011). The main reasons why the parents did not do sport together with their child were the lack of time and tiredness.

The majority of main movements (walking, running, throwing, jumps, climbing, and balance), abilities and skills fully develop till the age of 5-6 (Gallahue, Ozmun, 2000). Children's physical activity is developed by creating favourable conditions for meeting biological need to move, activating and developing their need to exercise. Physical activity should be attractive to them, meet children's nature and needs (Dilienė, 1999). Both our

and Piech and Baraniecka's (2011) researches show that the majority of children often told their parents about the content of physical education classes in the kindergarten and asked their family members to do physical exercises, play games together with them. Children did not mention that they did not like physical activity in the kindergarten. Although our and Polish researches were not identical, it was determined that the children from both researches mostly liked active and ball games.

Health preserving competence at preschool age is one of the basic developmental values. A child acquires the understanding how to grow healthy and strong by living in healthy environment, modelling their behaviour on healthy living adults, trying different ways of moving (Priešmokyklinio amžiaus ugdymo turinio įgyvendinimas (Realisation of Preschool Education Content), 2004)). Physically active parents have some impact on their children's lifestyle and mostly bring up physically active children (Iannotti, Sallis, Chen et al., 2005; Sigmund, Turonova, Sigmundova et al., 2008; Alderman, Benham-Deal, Jenkins, 2010). The majority of the parents from our research were not physically active, however, trying to support their children's effort, family members did sport together with their child during the PASF project, but not systematically. Our research data partly did not correspond to Piech, Baraniecka (2011) research, which states that the parents from the Polish research mostly did sport together with their child at weekends. Our research shows that mostly mother or father did sport together with their child, while in Poland – mother. From what the children said we can assume that they liked organising their family members and doing sport together with them. Joyful experiences and parents' support are important to them. Children are disappointed when parents (family members) refuse to do sport with them. Both our and Piech, Baraniecka (2011) researches state that although parents did not always perform physical activity tasks together with their child, they agreed that joint physical activity in a family helped to know their children and their development better; a third of the parents agreed that child's motivation to do sport together can increase family's physical activity.

This project raises quite a few problematical questions of family's physical activity stimulation, pedagogical collaboration between a family and a preschool institution. Further (future) and deeper research is necessary to answer these questions.



## Conclusions

1. The majority of 5-6 years-old children's parents, participating in the project of physical activity stimulation in a family, had higher education, a half of them had mental, sitting jobs, and only more than a tenth did sport systematically. In parents' opinion, the majority of 5-6 years-old children are physically active and often ask their family members to do sport together with them. A third of children attends sports and dance clubs. The majority of parents are positive about children's physical education in the kindergarten, however, more than four fifths do not help to organise health and sports events.

2. The majority of the children liked physical education classes during the project of family's physical activity stimulation. They mostly liked playing active games and performing tasks with different balls, and they willingly told their family members about the content of the educational activity. Family members usually did homework tasks together with their child 1-3 times a week, but not systematically. Mother or father usually did sport together with their child.

3. Children who are systematically physically developed in a preschool institution can stimulate their family's physical activity. 5-6 years-old children liked organising physical activity in their family. During the project, the children often asked their family members to perform the tasks or games, learnt in the kindergarten, at home together with them. They were capable to clearly reveal to their teacher the situation of physical activity in their family. On the other hand, a child is just a go-between a teacher and parents. Children cannot realise their physical potential on their own, surmount parents' unwillingness to do sport together, therefore, close collaboration between parents and teachers is essential. Not only preschool teachers, but also parents should see children's physical activity as a basic (self)-developmental component, model their physical activity, create physical and social environment.

## REFERENCES

1. Alderman, B. L., Benham-Deal, T. B., Jenkins, J. M. (2010). Change in parental influence on children's physical activity over time. *Journal of Physical Activity and Health*, 7, 60–67.
2. Birontienė, Z. (2011) Darželio, šeimos ir mokyklos pedagoginio bendradarbiavimo poveikis priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikatos žinių plėtrai. *Tiltai*, 3(56), 309–322.
3. Bouchard, C., Shephard, R. J., Stephens, T. (1994). *Physical Activity, Fitness and Health: International Proceeding and Consensus Statement*. Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Bula-Biteniece, I., Grants, J., Jansone, R. (2010). Habits of physical activities in families (empirical investigation). *Sporto mokslas*, 3(61), 13–18.
5. Bula-Biteniece, I. (2011). *Holistic Approach in Family Sport in Pre-school Education: Summary of PhD Thesis*. Riga.
6. Dilienė, R. (1999). *5–6 metų amžiaus vaikų fizinio aktyvumo ugdymo sistema: daktaro disertacija*. Klaipėda.
7. Dregval, L., Petrauskienė, A., Pelkutė, S. (2007). Šeimų, auginančių ikimokyklinio amžiaus vaikus, kai kurie gyvenimo ypatumai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4(67), 12–19.
8. Gallahue, D. L., Ozmun, J. C. (2000). *Understanding Motor Development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
9. Iannotti, R., Sallis, J. F., Chen, R., Broyles, S. L., Elder, J. P., Nader, P. R. (2005). Prospective analyses of relationships between mothers' and children's physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*, (2), 1–34.
10. Malina, R. M. (1996). Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(3), 48–57.
11. Moore, L. L., Lombardi, D. A., White, M. J., Campbell, J. L., Oliveria, S. A., Ellison, R. C. (1991). Influence of parents physical activity levels on activity levels of young children. *The Journal of Pediatrics*, 118(2), 215–219.
12. Piech, K., Baraniecka, D. (2011). The child as family animator of physical activity. *LASE Journal of Sport Science*, 1, 2, 25–33.
13. Piech, K. (2004). *Promocja rodzinnej aktywności ruchowej*. AWF Warszawa, ZWWF. Biała Podlaska.
14. *Priešmokyklinio amžiaus ugdymo turinio įgyvendinimas* (2004). Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija. Vilnius: Švietimo aprūpinimo centras.
15. Sigmund, E., Turonova, K., Sigmundova, D., Pridalova M. (2008). The effect of parents' physical activity and inactivity on their children physical activity and sitting. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, 38(4), 17–23.

## VAIKAS – FIZINIO AKTYVUMO SKATINTOJAS ŠEIMOJE

**Doc. dr. Zina Birontienė**  
Klaipėdos universitetas

## SANTRAUKA

Tyrimo tikslas – ištirti kai kuriuos 5–6 metų vaikų šeimų fizinio aktyvumo ir fizinio ugdymo darželyje ypatumus ir įvertinti sukurto ugdymo projekto, skatinančio šeimos fizinį aktyvumą, veiksmingumą.

Buvo taikomi šie tyrimo metodai: šeimos fizinio aktyvumo skatinimo projektas, anketinė apklausa, grupiniai pokalbiai su vaikais, matematinė statistika. Projektas vyko tris mėnesius. Jame dalyvavo 278 šeimos,

kurių penkių–šešių metų vaikai lankė 17 Klaipėdos miesto ikimokyklinių įstaigų. Vaikai darželyje 2 kartus per savaitę dalyvaudavo kūno kultūros pratybose, per kurias išmokdavo įvairių pratimų ir žaidimų. Per kiekvienas kūno kultūros pratybas pedagogas akcentuodavo vaikams, kokius pratimus ir žaidimus jie turės prašyti tėvų kartu atlikti namie. Per savaitę būdavo užduodami trys namų darbai (po 30 min.). Namų darbų užduotys – tik tie fiziniai pratimai ir žaidimai, kurie buvo atliekami kūno kultūros pratybų metu, todėl visa tai buvo apgalvota, nesudėtinga ir realizuojama taip, kad bent vienas iš tėvų būtinai galėtų tai atlikti kartu su vaiku.

Iš tyrimo rezultatų matyti, kad dauguma šeimos fizinio aktyvumo skatinimo projekte dalyvavusių 5–6 metų vaikų tėvų turėjo aukštąjį išsilavinimą, pusę jų dirbo protinį, sėdimą darbą ir tik daugiau nei dešimtadalis sistemingai sportavo. Didžiosios tėvų daugumos nuomone, jų vaikų yra fiziškai aktyvūs ir dažnai prašo šeimos narių kartu sportuoti, trečdalis lanko sporto ar šokių būrelius. Didžioji dauguma tėvų teigiamai vertina vaikų fizinį ugdymą darželyje, tačiau daugiau kaip keturi penktadaliai nepadedą organizuoti sveikatingumo ir sporto renginių. Šeimos fizinio akty-

vumo skatinimo projekto metu dauguma vaikų mėgo kūno kultūros pratybas ir noriai savo šeimos nariams pasakodavo apie ugdomosios veiklos turinį. Šeimos nariai kartu su vaiku namų užduotis dažniausiai atlikdavo 1–3 kartus per savaitę, tačiau nesistemiškai. Su vaiku dažniausiai sportuodavo mama arba tėvas.

Ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje sistemingai fiziškai ugdomas vaikas gali skatinti šeimos fizinį aktyvumą. 5–6 metų vaikams patiko būti fizinės veiklos organizatoriais šeimoje. Projekto metu vaikai dažnai prašydavo šeimos narių darželyje išmokus pratimus ar žaidimus atlikti namie kartu su juo, gebėdavo pedagogui aiškiai atskleisti fizinio aktyvumo šeimoje situacijas. Kita vertus, vaikas yra tik tarpininkas tarp pedagogo ir tėvų. Jis yra nepajėgus savarankiškai realizuoti visas savo fizines galias, įveikti tėvų nenorą kartu sportuoti, todėl būtinas glaudus pedagogų ir tėvų bendradarbiavimas. Ne tik ikimokyklinės įstaigos pedagogai, bet ir tėvai vaiko fizinį aktyvumą bei fizinę veiklą turi vertinti kaip pamatinę ugdymo(si) komponentę, palaikyti jo fizinį aktyvumą asmeniniu pavyzdžiu, kurti palankią fizinę ir socialinę aplinką.

*Raktažodžiai:* vaikas, šeima, fizinis aktyvumas, fizinė veikla, skatinimas, bendradarbiavimas.

Zina Birontienė  
Klaipėdos universiteto Pedagogikos fakulteto  
Kūno kultūros katedra  
S. Nėries g. 5, LT-92227 Klaipėda  
Mob.: +370 612 31852  
El. paštas: zina.birontiene@gmail.com

Gauta 2012 02 06  
Patvirtinta 2012 06 11

## Lietuvių krepšinis Vakarų Europoje (1944–1950)

*Dr. Steponas Gečas*

*Lietuvos edukologijos universitetas*

### Santrauka

*Lietuva – krepšinio šalis. Krepšinis – tai antroji religija daugumai lietuvių. Šias aksioma virtusias frazes žinome jau daugelį metų. Krepšinis Lietuvoje žaidžiamas per 90 metų, nors XX amžiaus pradžioje ši sporto šaka lietuviams buvo beveik nežinoma. Šio straipsnio objektas yra lietuvių sportininkų pastangos po Antrojo pasaulinio karo žaisti Europoje krepšinių tautos ir sovietų aneksuotos Lietuvos vardu. Tai lemė temos aktualumą, suformavo tyrimo ir paties straipsnio tikslą – lietuvių krepšinininkų žaidimo pabėgėlių stovyklose Vakarų Europoje, daugiausia Vokietijoje 1944–1950 metais, ypatumai. Iš tikslo išplaukia konkretūs straipsnio uždaviniai: 1) išsiaiškinti lietuvių pabėgėlių sporto organizacijas ir klubus, veikusius minėtu laikotarpiu Vakarų Europos valstybėse; 2) nustatyti lietuvių krepšinininkų žaidimo karo pabėgėlių stovyklose lygį ir dinamiką; 3) įvardyti vadovus ir asmenybes, labiausiai nusipelnusias lietuvių krepšiniui pabėgėlių stovyklose; 4) išsiaiškinti lietuvių ketinimus ir galimybes dalyvauti ketvirtajame Europos čempionate 1946 metais; 5) įvertinti lietuvių krepšinio žaidimo pokario Europos valstybių stovyklose tarptautinę politinę reikšmę.*

*Buvo taikomi šie nagrinėjamo laikotarpio tyrimo metodai: literatūros šaltinių analizė ir autentiški prisiminimai. Daugelio autorių (V. Adamkaus, A. Adomėno, K. Čerkeliūno ir kitų) prisiminimai apie nagrinėjamo laikotarpio lietuvių krepšinių yra išsibarstę įvairiuose leidiniuose, todėl autorius tikslui pagrįsti juos sujungia, sistemina ir apibendrina.*

*Išnagrinėjus pateikiamą literatūrą ir šaltinius nustatyta, kad didžiausiose karo pabėgėlių – politinių tremtinių lietuvių stovyklose Augsburgė, Kemptene, Miunchene, Hiutenfelde, Tiubingene ir kitur krepšinis buvo pagrindinė*

*komandinė sporto šaka, kurią žaidė lietuviai. Iš 18 lietuvių karo pabėgėlių sporto klubų, 1945–1950 metais veikusių Vokietijoje, visuose buvo kultivuojamas krepšinis, o keliuose iš jų – Kempteno geležinkeliečių sporto klube ir to paties miesto „Margio“ bei Gunsenhauseno sporto klube – išimtinai tik krepšinis. Žymesni klubų vadovai buvo 1939 m. Europos čempionai Leonas Baltrūnas, Zenonas Puzinauskas, tarptautinės kategorijos krepšinio teisėjas Artūras Andrulis ir kiti krepšinio specialistai. Po Antrojo pasaulinio karo lietuviai į krepšinio klubus būrėsi ne tik Vokietijoje, bet ir Švedijoje, Norvegijoje, Italijoje. Klubus kūrė ne tik po karo atvykę, bet ir anksčiau ten gyvenę lietuviai. Visų jų tikslas buvo populiarinti krepšinį ir Europai bei pasauliui priminti lietuviško krepšinio gyvybingumą, jo laimėjimus antrajame ir trečiajame Europos čempionatuose. Tai jie įrodė dalyvaudami pavergtųjų tautų čempionatuose, žaisdami mačus su stipriomis Vokietijos klubinėmis komandomis, Vakarų sąjungininkų kariuomenių rinktinėmis.*

**Raktažodžiai:** pabėgėlių stovyklos, krepšinio klubai, čempionai.

## Įvadas

Krepšinio žaidimo Lietuvoje oficialia pradžia laikoma 1922 m. balandžio 23 d., kai įvyko pirmosios rungtynės tarp Kauno rinktinės ir Lietuvos fizinio lavinimosi sąjungos (LFLS) komandos. Jas rezultatu 8:6 laimėjo LFLS krepšininkai. Tačiau vienas Lietuvos krepšinio pradininkų S. Garbačiauskas (1900 04 17–1987 08 03) yra teigęs, kad moterys sportininkės pradėjo burtis į komandas jau 1919 m., o 1920–1921 m. jau viešai žaidė krepšinį. Nuo pradžios iki mūsų dienų krepšinis Lietuvoje nuėjo ilgą pakilimų ir atoslūgių, įvairių politinių sukrėtimų pažymėtą kelią. Šiandien šis žaidimas yra populiariausia komandinė sporto šaka šalyje. Dabar krepšinį Lietuvoje žaidžia nuo darželinukų iki akademikų ir politikų. Mūsų krepšininkai kviečiami į stipriausius Europos ir Šiaurės Amerikos klubus, o treneriai – vadovauti ne tik užsienio klubų komandoms, bet ir užsienio valstybių olimpinėms bei šalies rinktinėms. Lietuviai ne kartą buvo renkami į žemynų simboliškus geriausių žaidėjų penketukus, o Lietuvos krepšinio rinktinė tris kartus yra tapusi Europos čempione, dukart – prizininke ir tarp Europos valstybių yra pirmoje vietoje. 2011 m. Lietuvai antrą kartą patikėta rengti Europos krepšinio čempionatą, kuriame pirmą kartą žemyno čempionatų istorijoje dalyvavo 24 valstybių rinktinės.

Socialinių tyrimų duomenimis, paskutinį XX a. dešimtmetį krepšinį Lietuvoje žaidė apie 15 % sportuojančių žmonių. Krepšinio pedagogų ir mokslininkų dėka daugelis žinome Lietuvos krepšinio istoriją. Tačiau lietuvių krepšinio raidoje yra laikotarpis ir tema, tik epizodiškai paliesta ir sistemiškai visiškai neapibendrinta. Tema mažai žinoma ne tik studentams, bet ir krepšinio specialistams. Tai baigiantis Antrajam pasauliniam karui į Vakarų pasitraukusių lietuvių krepšinio klubai Vakarų Europoje ir bandymai atstovauti Lietuvai IV Europos krepšinio čempionate. Krepšinio puoselėjimas karo pabėgėlių stovyklose yra reikšmingas įvykis visoje Lietuvos krepšinio ir apskritai sporto istorijoje. Laikotarpis, trukęs vos penkerius metus, rodo

nepalaužiamą tautos valią pasauliui įrodyti savo identitetą.

## Tyrimo metodai ir rezultatai

Naudoti tyrimo metodai: negausių straipsnių, konferencijų ir asmeninio archyvo medžiagos nagrinėjimas.

Karo pabėgėliai, arba politiniai tremtiniai, Vakarų Europoje atsidūrę baigiantis Antrajam pasauliniam karui, visame įvairių laikotarpių lietuvių išveivijos fone sudaro išskirtinę grupę, nes iki tol ir dabar emigruojančiųjų motyvai, be nedidelių išimčių, buvo ir yra ekonominiai. 1940 m. ir baigiantis karui žmones traukti į Vakarus daugiausia vertė bolševikų represijų baimė, t. y. politinės priežastys. 1940–1941 metais patyrę pirmosios bolševikinės okupacijos baisumus, tremtį, baimindamiesi grįžtančios Raudonosios armijos ir naujų represijų, artėjant frontui per 70 tūkst. Lietuvos gyventojų atsidūrė sąjungininkų valstybių – Anglijos, JAV ir Prancūzijos kontroliuojamoje zonoje Vokietijoje. Itin didelės lietuvių kolonijos susidarė Augsburgėje, Eichštete, Hiutenfelde, Kemptene. Sunkiausias laikotarpis lietuviams buvo 1945–1946 metai. Vadovaudamosi 1943 m. Teherane JAV prezidento F. D. Ruzvelto (Roosevelt) pasirašytu pažadu patenkinti J. Stalino norus, JAV karinės pajėgos brutaliai pradėjo gražinti okupuotų tautų žmones (Adomėnas, 2003; 64). Sutarties įgyvendinimas prasidėjo 1945 m. rugpjūčio 12 d. Kempteno stovykloje, kur gyveno ukrainiečiai ir lietuviai. Atskirų JAV lietuvių emigracijos veikėjų ir JAV demokratinių jėgų spaudžiama atgalinė deportacija 1946 m. pradžioje buvo nutraukta (Adomėnas, 2003; 66).

Prie pabėgėlių prisidėjo ir dalis Reicho darbams į Vokietiją išvežtų lietuvių. Margame pabėgėlių srautė didelę dalį sudarė kariškiai ir inteligentijos atstovai – pedagogai (dėstytojai, studentai, gimnazistai), aktoriai, gydytojai, buvę sporto organizacijų, klubų vadovai, sportininkai. Pradžioje lietuvių migrantų grupės apsisistodavo įvairiose Vokietijos vietose, dažniausiai subombarduotose vermachto kareivinėse už

vielomis apjuostų tvorų. Vėliau Baltijos šalių žmonės išsigudrindavo įsikurti patogiau negu kitų Rytų Europos šalių piliečiai, kai kurie – butuose, gauti darbo (Adamkus, 2001; 37). Tarp pabėgėlių sportininkų nemažai buvo krepšininkų, iš jų net penki Europos čempionai: Artūras Andrusis, Leonas Baltrūnas, Vytautas Norkus, Zenonas Puzinauskas ir Mykolas Ruzgys (Čerkeliūnas, 1997; 60–62).

Pirmieji lietuvių sporto klubai steigėsi Augsburgėje ir Kemptene. Jau 1945 m. liepos 12 d. Augsburgėje įsteigtas sporto klubas „Šarūnas“, kurio branduolį sudarė krepšininkai broliai A. ir V. Norkai, Z. Puzinauskas, broliai A. ir V. Andrusiai. Todėl krepšinis buvo pagrindinė sporto šaka, kurią kultivavo šio klubo lietuviai. Čia taip pat buvo kultivuojamos ir kitos, daug sporto įrangos nereikalingos sporto šakos: tinklinis, stalo tenisas, šachmatai. Praėjus vos mėnesiui nuo įsikūrimo, rugsėjo 19–21 d., Baltijos tautų turnyre „Šarūno“ krepšininkai rezultatu 33:18 įveikė latvius ir 44:15 estus. Krepšinių praktiškai žaidė visi (apie 20) lietuvių pabėgėlių sporto klubai, įsikūrę 17 Vokietijos miestų.

Lietuvių krepšininkų pergalės 1937 ir 1939 m. Europos čempionatuose neabejotinai turėjo įtakos, kad nemažai į Vakarų pasitraukusių sportininkų buvo kviečiami žaisti ir vokiečių klubuose.

1945 metų pavasarį, vos įveikus fašizmą, daugelis troško kuo greičiau atsikratyti praėjusio karo slogučio ir grįžti į normalų sporto batalijų ritmą. Tokia mintimi gyveno ir tuometinis Tarptautinės krepšinio federacijos prezidentas L. Bufaras, iškėlęs sau tikslą praėjus vos keliems mėnesiams po karo, dar 1945 metų vasaros pabaigoje, surengti IV Europos vyrų krepšinio čempionatą ten, kur ir pirmąjį, Ženevoje. Deja, žymaus sporto pedagogo ir sportininko, dabar jau šviesios atminties Stanislovo Stonkaus žodžiais tariant, L. Bufaras savo svajonę turėjo atidėti vieniems metams. „Nors krepšinis Europoje buvo gyvas (jis nepasidavė numarinamas net karo dienomis), bet čempionatą rengti buvo per anksti: nacionalinės federacijos dar nebuvo atsigavusios, daugelis žaidėjų, trenerių, vadovų dar tebevilėjo kariškas milines ir turėjo kitų rūpesčių (Stonkus, 1999; 177). Taigi, IV Europos krepšinio čempionatas buvo surengtas 1946 m. balandžio 30 d.–gegužės 4 d. kaip ir pirmasis Šveicarijoje, Ženevoje (Čerkeliūnas, 1997; 60).

Priverstinėje migracijoje atsidūrusių lietuvių patriotinės ambicijos ir viltys telkėsi ties noru atsitovauti okupuotai Lietuvai ir bandyti trečią kartą iškovoti čempionų titulą. Turint galvoje po karo

besiklostančią politinę situaciją, tarpvalstybinius santykius tarp demokratinio Vakarų pasaulio ir sovietinio režimo bei represijų Baltijos šalyse, ta viltis buvo sąlyginė ir iliuzinė. Vis dėlto iš pradžių sunkiai pasiekiamą svajonę pabėgėlių stovyklose žadino viltį, tolimo neviltį. Dalyvavimo idėjai pritarė Vyriausiasis Lietuvos išlaisvinimo komitetas (VLIK-as). VLIK-o pirmininkas prelatas Mykolas Krupavičius dar 1945 m. gruodžio 28 d. išsiuntinėjo raštus Lietuvos diplomatams – dr. Stasiui Bačkiui Prancūzijoje ir Amerikos lietuvių tarybai Niujorke, pabrėždamas lietuvių dalyvavimo pirmenybėse svarbą. Tiubingeno stovykloje įsteigtas čempionato lietuviškasis organizacinis komitetas. Jo nariais tapo: veiklus teisininkas ir žurnalistas, 1936–1940 m. buvęs Kūno kultūros rūmų direktorius Andrius Keturakis (pirmininkas), dukart Europos čempionas Zenonas Puzinauskas ir Leonas Baltrūnas (vėliau dėl išpareigojimų išėivijos kultūros paveldui pasitraukė) ir sporto žurnalistas Kęstutis Čerkeliūnas. Pastarasis šviesios atminties lietuviško sporto propaguotojas išėivijoje (mirė 2008 04 14 Niujorke) šio straipsnio autoriui yra tvirtinęs, kad į rengimąsi čempionatui priverstiniai Lietuvos migrantai žiūrėjo labai rimtai.

Bavarijos mieste Kemptene, kur krepšinis buvo žaidžiamas net trijuose lietuvių klubuose (vėliau susijungusiuose), buvo palankiausias sąlygos treniruotis. Todėl Kempteno stovyklos vadovas Edmundas Vengianskas 1945 m. rudenį į čia įsikūrusį pirmąjį lietuvišką sporto klubą „Šarūnas“ sukviečia visus Vokietijoje atsidūrusius lietuvių krepšininkus, padeda jiems įsikurti, lietuvių pastangomis įrengiama puiki sporto salė. Atranka į sudaromą rinktinę ir treniruotės pavedamos dukart Europos čempionui Z. Puzinauskui. Rengdamasi čempionatui „Šarūno“ klubo vardu rinktinė sėkmingai dalyvavo keliolikoje rungtynių ne tik su kitų lietuvių stovyklų komandomis, su amerikiečių kariškiais, bet ir kitų tautų krepšinio klubais.

Įsimintinos buvo Bavarijos žemės vokiečių pirmenybės, kuriose lietuviai įveikė visas vokiečių komandas. Tačiau po ketverių „Šarūno“ rungtynių, esant krepšių santykiui 351–60 lietuvių naudai, Bavarijos sporto vadovybės nurodymu varžybos nutraukiamos. Net ir nepaaiškinus priežasčių buvo aišku, kad vokiečiai nenorėjo į Bavarijos žemės sporto istoriją įrašyti lietuvių pergalės.

Nesėkmės atveju buvo numatytas atsarginis lietuvių rinktinės dalyvavimas čempionate Lichtenšteino kunigaikštystės vardu. Tačiau atskira rinktinė Lietu-

vos krepšininkai į čempionatą neišvyko, o leidimus žiūrėti IV čempionato kovas Šveicarijos konsulate Baden Badene gavo tik trys lietuviai: pasirengimo komiteto nariai A. Keturakis ir K. Čerkeliūnas bei atsitiktinai į Ženevą atvykęs 1939 m. čempionas Mykolas Ruzgys.

Nepavykus čempionate dalyvauti atskira nacionaline rinktine lietuviai Kempteno stovykloje tarp Baltijos valstybių pabėgėlių komandų surengė pirmąjį didelį krepšinio turnyrą, kuriame, be lietuvių, dalyvavo per 10 stipriausių latvių ir estų komandų. Nugalėtoju tapo „Šarūnas“.

Tuoju po IV Europos krepšinio čempionato, 1946 m. birželio pradžioje, reprezentacinės lietuvių rinktinės („Šarūno“) pagrindiniai žaidėjai – Bagdonas, Duliūnas, broliai Norkai, Varkala ir kiti, vadovaujami Kempteno stovyklos viršininko E. Vengiansko, išvyko į anglų kontroliuojamos zonos lietuvių kolonijas. Hamburge, Liubeke, Blomberge, Spakenberge, Detmolde ir kitose stovyklose žaidė keliolika rungtynių ir visose tapo nugalėtojais (Lietuviškasis krepšinis, 1957; 30).

1946 m. rugsėjo mėn. Augsburgėje surengta Baltijos kraštų olimpiada, kurioje Lietuvos krepšiniui atstovauti pavesta „Šarūnui“. Lietuviai rezultatu 27:20 nugalėjo latvių rinktinę ir 47:11 įveikė estus. Padrąsinti pergalių, 1946 m. rudenį lietuviai rungtyniauja su amerikiečių kariuomenės atskirų dalinių komandomis, tarp kurių reikėtų išskirti žymesnes pergales prieš Wuersbergo karių rinktinę (37:24), *MGE Officiers* (25:17) ir *AAA BW Officiers* (27:16) bei Blomberge dislokuotus kariškius (50:37).

1946 m. pabaigoje iškilo kitos stiprios lietuvių krepšinio komandos – Šeinfeldo „Kovas“ ir Tiubingeno „Vytis“, kurios savo pajėgumu beveik prilygo „Šarūnui“. 1947 m. balandžio 29–30 d. Kemptene vėl surengtas baltijiečių turnyras, kurį be konkurencijos laimi „Šarūnas“. Jis taip pat net du kartus įveikia Kaufboirene dislokuotą amerikiečių karių rinktinę: 56:33 ir 54:38 (Lietuviškasis krepšinis, 1957; 32).

Pasirodyti už Vokietijos ribų galimybė lietuviams krepšininkams atsirado 1947 m. gegužės 24–25 d., kai jie dalyvavo tarptautiniame krepšinio turnyre Monake. Įveikę šveicarų *AS Lugano*, Paryžiaus *Stade Francais*, Monako *AS Monako* ir Prancūzijos karių dalinio komandas, penki lietuvių krepšinio atstovai – du Andriuliai, Bagdonas, Duliūnas ir Varkala dar kartą įrodė, kad 1937 ir 1939 metais Europos čempionų vardai buvo iškovoti pelnytai (Lietuviškasis krepšinis, 1957; 32).

1947 m. liepos mėn. Lietuvių vyriausiasis krepšinio komitetas (pirmininkas E. Vengianskas) sudaro tremtyje veikiančių komandų krepšinio lygą, į kurią įtraukiamos 7 komandos. Be „Šarūno“ ir „Kovo“, lygoje atsiduria ir Augsburgio „Dainava“, Tiubingeno „Vytis“, Kaselio „Lituanika“, Getingeno YMCA ir Kempteno GSK.

1947 m. gruodžio 12–14 d. Kemptene įvyksta trečiosios Baltijos kraštų tremtinių pirmenybės, kuriose lietuvių reprezentacinė rinktinė (Birutis, Grybauskas, Gružauskas iš Šeinfeldo „Kovo“ klubo, Andriulis ir Sventickas iš Kempteno „Margio“) įveikia latvius rezultatu 55:45 ir estus 88:33.

1948 m. vasario mėn. Lietuvių karo pabėgėlių komiteto vadovybė gavo oficialų pakvietimą dalyvauti turnyre Prancūzijoje. Paskubomis suformuojama 9 žmonių rinktinė, vadovaujama M. Ruzgio. Per dvi savaites įvairiose Prancūzijos vietose lietuviai žaidė 16 rungtynių, kurias laimėjo bendru krepšių santykiu 788:283. Įsidėmėtinos įspūdingos pergalės prieš Strasburo *Sporto* klubą (52:22), Grenoblio–Domeno miesto rinktinę (100:32), Monpeljė *CEPS* klubą (61:13), Taraskau–Arlio miesto rinktinę (99:4).

Tų dienų amžininkas, šviesios atminties sporto žurnalistas K. Čerkeliūnas straipsnio autoriui yra pasakojęs, kad visose šiose rungtynėse lietuviai buvo sutinkami didžiausiomis ovacijomis, kaip tikrieji Europos krepšinio lyderiai.

Tų pačių metų rugsėjo 10 d. ta pati lietuvių rinktinė Augsburgėje susitiko su Vakarų Vokietijos krepšinio rinktine ir laimėjo (44:25).

Reikia priminti, kad 1939 m. čempionas M. Ruzgys buvo prancūzų rinktinės trenerio padėjėjas penktajame Europos vyrų krepšinio čempionate Prahoje 1947 metais.

1947 m. lapkričio 19 d. Augsburgėje sušaukiamas visose trijose Vakarų sąjungininkų (Anglijos, JAV ir Prancūzijos) zonose įsikūrusių lietuvių sporto klubų atstovų suvažiavimas. Jame sudaromas Vyriausiasis fizinio auklėjimo ir sporto komitetas (FASK), o jo reikalų vedėju (1947–1949) ir laikinuoju pirmininku (1949–1950) išrinktas Grafenau kūno kultūros mokytojų ir sporto instruktorių mokyklos absolventas, jau pasižymėjęs pabėgėlių sporto organizatorius Valdas Adamkus. FASK glaudžiai bendradarbiavo su Tarptautiniu politiniu pabėgėlių komitetu (*International Comitee for Political Refugees*, INCORP) rengiant Pavergtųjų tautų žaidynes Niurnberge 1948 metais. Kadangi tais metais vyko olimpinės žaidynės, INCORP nutarė, kad Pavergtųjų tautų žaidynėse Niurnberge būtų varžomasi visų bent kiek

populiariesnių sporto šakų varžybose (Adamkus, 2001; 36). Lietuviai krepšininkai šiose žaidynėse iš 16 rungtynių laimėjo 15.

Yra duomenų, kad, be Vokietijos, lietuviai po karo į sporto klubus būrėsi ir kitose Vakarų Europos šalyse – Švedijoje, Italijoje, Didžiojoje Britanijoje, Norvegijoje. 1946 m. Stokholme sporto klubą „Vy-tis“ įkūrė ne tik jau ten gyvenę, bet ir per karą bei po jo pasitraukę lietuviai – dr. A. Vokietaitis, B. Pūrėnas ir kiti. Klubui priklausė apie 30 narių, jo pagrindinis tikslas buvo populiarinti krepšinį Švedijoje. Krepšininkus bandė suburti ir keli šimtai lietuvių karo ir pokario metais atsidūrusių Norvegijoje. Čia visam sportiniam sąjūdžiui vadovavo Algis Štreimikis. Krepšinį žaidę lietuviai tarp pabėgėlių latvių ir estų buvo stipriausi. Lietuviai kariai, inkorporuoti į britų 8-ąją armiją ir tarnavę Pietų Italijoje dvejus metus (1946–1947), 1946 m. įkūrė 30 lietuvių narių lietuvių klubą, kurio krepšininkai varžydavosi su kitų tautų kariais – anglais, italais, lenkais, kai kada su italų civiliais.

1949 m. prasidėjus pabėgėlių emigracijai į užjūrį, lietuvių sporto, kartu ir krepšinio, klubų veikla pradėjo irti ir 1950 m. viduryje praktiškai nutrūko. Nauji klubai pradėjo kurtis Čikagoje, Detroite, Klivlande, Monrealyje, Adelaidėje ir kituose JAV, Kanados, Australijos miestuose. Jų organizatoriais ir vadovais daugeliu atvejų buvo Vakarų Europoje, pabėgėlių stovyklose, sportinę veiklą plėtoję lietuviai.

#### LITERATŪRA

1. Adamkus, V. (2001). *Likimo vardas Lietuva*. Vilnius.
2. Adomėnas, A. (2003). Dveji baimės metai. *Į laisvę*, 180, 61–68.
3. Čerkeliūnas, K. (1997). Nuo Kauno iki Ženevos. *Krepšinis – lietuvių gyvenimas: konferencijos medžiaga* (pp. 60–62). Kaunas.
4. *Lietuviai sportininkai Australijoje* (1949–1979). ALFAS.
5. *Lietuviškasis krepšinis*. (1957). (Red. E. Šulaitis). Chicago.
6. Stonkus, S. (1999). *Neslūgstančios krepšinio vilnys*. Kaunas.
7. S. Gečo asmeninis archyvas.

#### BASKETBALL OF LITHUANIA IN WESTERN EUROPE (1944–1950)

*Dr. Steponas Gečas*

*Lithuanian University of Educational Sciences*

#### SUMMARY

Lithuania may be considered as the land of basketball. Basketball is a second religion to many Lithuanians. This axiom has been operative for many years. Basketball has been played in Lithuania over 90 years, even though at the start of the XX century this sport was virtually unknown. The object of this article is to shed light on the efforts of Lithuanians to play basketball in Europe after the Second World War, a time of annexation of Lithuania. Thus, this format frames the timeliness of this theme, formed the focus of research and time-line. The specific objectives of the article are as follows: to shed light of Lithuanian refugee sport in the area of basketball; to determine the level of competence and level of Lithuanian basketball players within the dynamic of refugee camps; to identify names of leaders and prime movers of those who made the greatest impact within the refugee camps; to articulate the desires and capability of Lithuania to participate in the fourth European championship in 1945; to evaluate Lithuanian competency of playing basketball within the context of European states in the camps as well as its meaning within the political sphere. The research for this time period and methods of research are drawn from first hand authentic sources. Many of the authors (V. Adamkus, A. Adomėnas, K.

Čerkeliūnas and others) have memories about this time period of Lithuanian basketball, these are drawn from various periodicals, thus the goals of the author is to present and enlighten the time period in a systematic manner. Having analysed the literature and sources, it may be stated that in the largest war refugee – political émigré Lithuanian camps (displaced persons camps) of Augsburg, Kempton, Huttenfelde, Toubingen and in other locations, basketball was the leading sport which was played by Lithuanians. In all 18 Lithuanian war refugee sport clubs that operated in 1945-1950 in the Western zone of Germany basketball was played, in several of them – as in Kempton railroaders club and in the same city's "MARGIS" as well as Gensenhausen sport club – only basketball had been played. The better-known club leaders were drawn from the 1939 European champions – Leonas Baltrūnas, Zenonas Puzinauskas, International level basketball umpire Artūras Andrusis and other basketball experts. After the Second World War Lithuanians formed basketball clubs not only in Germany (the Western part of Germany) but in also in Sweden, Norway and Italy. They were formed not only by those who arrived after the war, but also by those Lithuanians who lived in these countries before the war. The goal of all of them was

to popularize basketball in Europe and for the world to accept the vitality of Lithuanian basketball, its victories in the second and third European championships. They proved this by participating in the occupied countries

championships, playing matches with strong German club Commands, teams of Western Allies Armies.

**Keywords:** refugee camps, basketball clubs, champions.

Steponas Gečas  
Vilniaus edukologijos universiteto Sporto ir sveikatos fakulteto  
Kūno kultūros teorijos katedra  
Studentų g. 39, LT-08106 Vilnius  
Tel. +370 5 275 2225  
El. paštas: geccas@gmail.com

Gauta 2012 02 10  
Patvirtinta 2012 06 11

## Pradinių klasių mokinių (9–10 metų mergaičių ir berniukų) savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajos

Vytė Kontautienė<sup>1</sup>, prof. dr. Audronius Vilkas<sup>2</sup>

Klaipėdos universitetas<sup>1</sup>, Lietuvos edukologijos universitetas<sup>2</sup>

### Santrauka

Tyrimo tikslas – įvertinti 9–10 metų mokinių savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajas. Tyrimas atliktas 2010 metų vasario–kovo mėnesiais Klaipėdos miesto bendrojo lavinimo mokyklų pradinėse klasėse, laikantis tyrimo etikos reikalavimų. Tiriamųjų imtis: 9–10 metų amžiaus mokiniai ( $n = 176$ ), iš kurių 47,7 % mergaičių ir 52,3 % berniukų. Tyrimo metodai: literatūros šaltinių analizė; anketinė apklausa; matematinė statistika: Cronbacho alfa (Cronbach's Alpha), Spirmeno (Spearman) ranginė koreliacija, Mann-Withneyu, Studento  $t$  kriterijai). Remiantis Lietuvos kūno kultūros ženklo programa „Augti ir stiprėti“ (2004) bei R. E. Riggio ir H. S. Friedmano (1983) socialinių įgūdžių aprašu, sudarytas savikontrolės vertinimo klausimynas fizinei ir psichosocialinei kontrolei įvertinti. Fizinis aktyvumas (FA) nustatytas pagal modifikuotą tarptautinio FA (IPAQ) klausimyno trumpąją formą (Ainsworth, Levy, 2004). Vadovaujantis modifikuotomis rekomendacijomis (Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire, IPAQ – Short and Long Forms, 2005), visi respondentai pagal bendrąją FA apimtį buvo suskirstyti į mažo, vidutinio ir didelio FA grupes.

Nustatyti statistiškai reikšmingi psichosocialinės savikontrolės skirtumai lyties aspektu: daugeliu atvejų mergaitės turi geresnius psichosocialinės savikontrolės gebėjimus ( $p < 0,01$ ). Jos geriau geba laikytis žaidimo taisyklių ( $p < 0,001$ ), vykdyti pažadus ir įsipareigojimus ( $p < 0,01$ ), prisiversti elgtis taip, lyg būtų malonu ( $p < 0,05$ ), sutarti su įvairiais žmonėmis ( $p < 0,001$ ), pastebėti savijautą ( $p < 0,01$ ), nuotaiką ( $p < 0,05$ ), įvertinti, ar yra lanksčios ( $p < 0,05$ ), tinkamai apsirengti pagal oro sąlygas ( $p < 0,01$ ). Berniukai dažniau nei mergaitės geba suvaldyti savo baimes, nerimą ( $p < 0,01$ ). Silpniausiai išugdyti mokinių fizinės savikontrolės gebėjimai – gebėjimas įvertinti pulsą ir suprasti savo fizinį aktyvumą, tačiau rezultatų skirtumai lyties aspektu statistiškai nereikšmingi.

Tiriant fizinį aktyvumą nustatyta, kad berniukų bendroji FA apimtis buvo statistiškai patikimai didesnė nei mergaičių ( $p < 0,01$ ), tačiau daugiau mergaičių nei berniukų buvo vidutiniškai fiziškai aktyvios. Didelio ir mažo fizinio aktyvumo grupių rezultatų skirtumai lyties aspektu buvo statistiškai nereikšmingi. Fizinio aktyvumo ir savikontrolės gebėjimų koreliacinė analizė atskleidė ryšius tarp bendrosios FA apimties ir kai kurių fizinės savikontrolės gebėjimų. Nustatyti statistiškai reikšmingi psichosocialinės savikontrolės skirtumai lyties aspektu: daugeliu atvejų mergaitės turi geresnius psichosocialinės savikontrolės gebėjimus ( $p < 0,01$ ), berniukai dažniau nei mergaitės geba suvaldyti savo baimes, nerimą ( $p < 0,01$ ). Fizinės savikontrolės rezultatų skirtumai lyties aspektu statistiškai nereikšmingi.

Nustatyti FA skirtumai lyties aspektu: berniukų bendroji FA apimtis buvo statistiškai patikimai didesnė nei mergaičių ( $p < 0,01$ ), tačiau daugiau mergaičių nei berniukų buvo vidutiniškai fiziškai aktyvios ( $p > 0,05$ ). Didelio fizinio aktyvumo grupių ir ėjimo skirtumai lyties aspektu buvo statistiškai nereikšmingi. Sveikata stiprinantis FA būdingas 36,14 % mūsų tirtų moksleivių, o pagal lytį – 31,8 % mergaičių ir 42,5 % berniukų. Nustatyti koreliaciniai ryšiai tarp bendrosios FA apimties ir kai kurių fizinės savikontrolės gebėjimų: gebėjimo įvertinti ramybės pulso dažnį ( $p < 0,05$ ) ir pulso dažnį po fizinio pratimo ( $p < 0,01$ ); gebėjimo įvertinti, ar pulsas yra normalus ( $p < 0,05$ ); gebėjimo pastebėti ir įvertinti savijautą ( $p < 0,05$ ), nuotaiką ( $p < 0,05$ ), nuovargį ( $p < 0,05$ ); gebėjimo suprasti, ar esi išstvermingas ( $p < 0,01$ ). Koreliaciniai ryšiai tarp psichosocialinės savikontrolės gebėjimų ir bendrojo FA parodė egzistuojančią silpną tendenciją, kad mokiniai, kurių bendrasis fizinis aktyvumas didesnis, gali lengviau prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų ( $p < 0,05$ ), kai nepatinka veikla, prisiversti elgtis taip, lyg tai būtų malonu ( $p < 0,05$ ), gali geriau apsimesti, jog yra ramūs, net jei yra labai sutrikę ( $p < 0,05$ ).

**Raktažodžiai:** savikontrolė, gebėjimai, fizinis aktyvumas, pradinių klasių mokiniai.

## Ivadas

Fizinis aktyvumas – ypač svarbus sveikos gyvenimo komponentas, kuris turėtų susiformuoti jau vaikystėje. *Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrosios programos* (2008) kūno kultūrai kelia tikslą – ugdyti mokinių sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo nuostatas bei gebėjimus ir sistemingo fizinio aktyvumo įpročius; ugdyti mokinių, motyvuotą būti fiziškai aktyviu, (...) gebantį rinktis sveiką gyvenimą ir rūpintis savo kūno bei sveikatos stiprinimu, turintį sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo poreikį, pasirengusį fizinei, socialinei ir emocinei saviugdai. Šiems įpročiams išugdyti mokiniams reikia *savikontrolės gebėjimų*. Mokytojo užduotis yra padėti mokiniams suprasti ir išaiškinti fizinio aktyvumo naudą, suteikti žinių ir supratimo apie fizinį aktyvumą ir ugdyti juos taip, kad fizinis aktyvumas taptų įpročiu ir peraugtų į kasdienį įprastą gyvenimo būdą.

Literatūros analizė rodo, kad ugdyti žmogaus savikontrolės gebėjimus taip pat reikia nuo vaikystės. Autoriai (Cecchini et al., 2007; Chiviawowsky et al., 2008; Papalia, Olds, 1990) tvirtina, kad jaunesnysis mokyklinis amžius – tinkamas laikas pradėti ugdyti savikontrolės gebėjimus, nes dėl 7–10 metų vaiko psichosocialinės ir moralinės raidos susiformuoja palankios fizinės ir psichinės sąlygos (Baumeister, Exline, 2000). Teigiama, kad mokyklinis amžius palankus savikontrolės gebėjimams ugdyti, ypač per aktyvią fizinę veiklą. Jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų fizinis ugdymas lavina gebėjimą pritaikyti prie nuolat kintančių sąlygų ir reikalavimų bei sudaro sąlygas asmeniui pažinti save, vertinti savo kūno fizinius pojūčius ir psichinę savijautą bei ugdytis savikontrolės gebėjimus (*Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrosios programos*, 2008; Baumeister, Exline, 2000; Cecchini et al., 2007).

Siekiant geriau ugdyti moksleivių fizinio aktyvumo nuostatas ir gebėjimą būti fiziškai aktyviems, prasminga tyrinėti 9–10 metų mokinių savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajas, nes šie procesai abipusiškai veikia vienas kitą. Savikontrolės įtaka jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikams nėra plačiai tyrinėta, stokojama darbų apie pradinukų savikontrolės tyrimus, ypač fizinio aktyvumo kontekste.

**Tyrimo tikslas** – nustatyti 10–11 metų mokinių savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajas.

### Tyrimo uždaviniai:

- 1) įvertinti fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimų skirtumus lyties aspektu;
- 2) nustatyti FA skirtumus lyties aspektu;
- 3) nustatyti fizinės ir psichosocialinės savikontrolės sąsajas su fiziniu aktyvumu.

**Tyrimo metodai:** literatūros šaltinių analizė; anketinė apklausa; matematinė statistika: tyrimo duomenys analizuoti taikant Cronbacho alfa (Cronbach's Alpha) koeficientą, Spirmeno (Spearman) ranginę koreliaciją, Mann-Whitneyu ir Studento t kriterijus.

Savikontrolės vertinimo klausimynas sudarytas remiantis Lietuvos kūno kultūros ženklo programa „Augti ir stiprėti“ (2004) bei Riggio, Friedmano (1983) socialinių įgūdžių aprašu ir skirtas fizinei ir psichosocialinei kontrolei įvertinti.

Mokinių fizinis aktyvumas nustatytas pagal modifikuotą tarptautinio FA (IPAQ) klausimyno trumpąją interviu formą (Ainsworth, Levy, 2004). Anketa sudaro keturias dalys apie didelį, vidutinį FA, ėjimo dažnumą per savaitę ir sėdėjimo trukmę per savaitę, pagal tai buvo nustatytas FA intensyvumas, dažnumas dienomis per savaitę (d./sav.) ir trukmė minutėmis per vieną dieną (min/d.; registruojama trukmė – ilgesnė nei 10 min vienu metu). Respondentų skirtingo intensyvumo FA apimtis per savaitę nustatyta MET'omis (min/sav.; MET'a – energijos išikvojimo rodiklis). Bendroji FA apimtis nustatyta susumavus didelio, vidutinio FA ir ėjimo apimtį, t. y. respondentų išikvotos skirtingo intensyvumo FA energijos kiekį per savaitę, vadovaujantis modifikuotomis rekomendacijomis (Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire, IPAQ – Short and Long Forms, 2005).

**Tyrimas atliktas** 2010 metų vasario–kovo mėnesiais Klaipėdos miesto bendrojo lavinimo mokyklų pradinėse klasėse, laikantis tyrimo etikos reikalavimų. Tiriamųjų imtį sudarė: 9–10 metų amžiaus mokiniai (n = 176), kurie pagal jų sveikatos būklę yra priskirti pagrindinei grupei, iš kurių buvo 47,7 % mergaičių ir 52,3 % berniukų.

## Tyrimo rezultatai

Matematinės statistikos metodais buvo nustatytos savikontrolės gebėjimų vertinimo skalių normos. Nustatant šių skalių patikimumą, buvo vertinamas skalę sudarančių kintamųjų vidinis suderinamumas, pritaikytas Cronbacho alfa koeficientas ir nustatyta vidinė skalės darna. Savikontrolės gebėjimų vertinimo skalės Cronbacho alfa 0,911 (n = 37).

Siekiant nustatyti savikontrolės gebėjimų ir fizinio aktyvumo sąsajas, savikontrolės gebėjimai suskirstyti į fizinės (Cronbacho alfa 0,866; n = 19) ir psichosocialinės (Cronbacho alfa 0,866; n = 18) savikontrolės skales.

Mann-Whitneyu kriterijus pritaikytas siekiant išnagrinėti dviejų respondentų grupių (mergaičių ir



berniukų) *fizinės ir psichosocialinės savikontrolės* gebėjimų skirtumus. Statistiškai reikšmingi skirtumai tarp mergaičių ir berniukų nustatyti kai kuriems fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimų atvejams ir pateikiami 1 lentelėje.

1 lentelė

**Mokinių fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimų skirtumai priklausomai nuo lyties**

Savikontrolės gebėjimai	Mann-Whitney U	P	Lytis	Rangų vidurkis
Gebu suvaldyti savo baimes, nerimą	16950,000	0,004	Mergaitė	184,92
			Berniukas	217,12
Gebu laikyti žaidimo taisyklių	19545,000	0,000	Mergaitė	211,75
			Berniukas	198,91
Gebu vykdyti pažadus ir įsipareigojimus	17613,500	0,009	Mergaitė	218,74
			Berniukas	189,69
Kai man labai nepatinka kokia nors veikla, aš galiu prisiversti elgtis taip, lyg tai man būtų malonu	18607,500	0,042	Mergaitė	217,58
			Berniukas	194,55
Aš puikiai sutariu su įvairiais žmonėmis	16150,000	0,000	Mergaitė	224,39
			Berniukas	182,68
Gebu pastebėti ir įvertinti savo savijautą	17354,500	0,002	Mergaitė	222,00
			Berniukas	188,48
Gebu pastebėti ir įvertinti savo nuotaiką	17654,500	0,015	Mergaitė	214,59
			Berniukas	190,11
Gebu suprasti ir įvertinti, ar esu lankstus	18121,000	0,016	Mergaitė	219,07
			Berniukas	192,18
Gebu suprasti, ar esu tinkamai apsirengęs pagal oro sąlygas	17568,000	0,001	Mergaitė	222,91
			Berniukas	189,71

Analizuojant *psichosocialinės savikontrolės* gebėjimų skirtumus nustatyta, kad kažkuri lyčių grupė *geba geriau suvaldyti savo baimes, nerimą*. Iš rangų vidurkių lentelės matyti, kad berniukų rangų vidurkis yra 217,12, o mergaičių – 184,92. Taigi, berniukų *gebėjimo geriau suvaldyti savo baimes, nerimą* rangų vidurkiai yra didesni, tai rodo, kad šių grupių vaikų atsakymų reikšmės yra didesnės. Galima daryti išvadą, kad berniukai dažniau nei mergaitės *geba suvaldyti savo baimes, nerimą*.

Kitais statistiškai reikšmingais fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimų atvejais didesni mergaičių rangų vidurkiai (žr. 1 lentelę). Galima teigti, kad mergaitės geriau nei berniukai *geba laikyti žaidimo taisyklių* ( $p < 0,001$ ), *vykdyti pažadus ir įsipareigojimus* ( $p < 0,01$ ), kai veikla nepatinka, *prisiversti elgtis taip, lyg būtų malonu* ( $p < 0,05$ ), *sutarti su įvairiais žmonėmis* ( $p < 0,001$ ), turi geresnius šiuos *fizinės savikontrolės* gebėjimus:

*geba geriau nei berniukai pastebėti ir įvertinti savijautą* ( $p < 0,01$ ), *nuotaiką* ( $p < 0,05$ ), *įvertinti, ar yra lanksčios* ( $p < 0,05$ ), *tinkamai apsirengti pagal oro sąlygas* ( $p < 0,01$ ). Silpniausiai išugdyti mokinių fizinės savikontrolės gebėjimai – gebėjimas įvertinti pulsą ir suprasti savo fizinį aktyvumą, tačiau rezultatų skirtumai lyties aspektu statistiškai nereikšmingi.

Transformavus duomenis, savikontrolės gebėjimų skalės teiginiai sutraukti į kiekybinį fizinės savikontrolės kintamąjį ir kiekybinį psichosocialinės savikontrolės kintamąjį. Pritaikius Studento kriterijų, bandyta nustatyti, ar skiriasi berniukų ir mergaičių fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimai.

Psichosocialinės savikontrolės vertinimui lyties aspektu taikant Studento kriterijų, gauta Levene's testo reikšmė lygi 0,067 ( $p > 0,05$ ). Tai reiškia, kad populiacijos yra homogeniškos. Nustatyti statistiškai reikšmingi psichosocialinės savikontrolės skirtumai tarp berniukų ir mergaičių (atitinkamai  $p = 0,003$  ir  $p < 0,01$ ), todėl galima daryti išvadą, kad mergaitės labiau negu berniukai turi išugdytus *psichosocialinės savikontrolės gebėjimus*.

Fizinės savikontrolės vertinimui taikant Studento kriterijų, gauta Levene's testo reikšmė lygi 0,002 ( $p < 0,05$ ). Tai reiškia, kad populiacijos dispersijos nehomogeniškos ir negalima daryti tolesnių statistinių išvadų.

Tiriant fizinį aktyvumą buvo vadovaujama modifikuotomis rekomendacijomis (Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire, IPAQ – Short and Long Forms, 2005). Analizuojant fizinio aktyvumo rezultatus nustatyta *bendroji* fizinio aktyvumo (FA) apimtis, kuri apskaičiuota susumavus didelio, vidutinio FA ir ėjimo apimtį, t. y. respondentų išeikvotos skirtingo intensyvumo FA energijos kiekį per savaitę. Visi respondentai pagal *bendrają* FA apimtį buvo suskirstyti į 3 grupes: didelio (DFA), vidutinio (VFA) ir mažo (MFA) FA grupes. Tiriamosios imties charakteristika pateikiama 2 lentelėje.

2 lentelė

**Tiriamosios imties charakteristika**

FA grupė	Tiriamųjų skaičius grupėje	Bendroji FA apimtis (MET'os/sav.)	Amžius (m.)	Svoris (kg)	
Mažo FA	n = 28	≤ 1386	Mergaitės n = 18	9,76 ± 0,5	36,92 ± 10,17
			Berniukai n = 10	9,21 ± 0,42	36,18 ± 11,74
Vidutinio FA	n = 85	≥ 1387 ≤ 3000	Mergaitės n = 38	9,52 ± 0,44	35,94 ± 6,86
			Berniukai n = 47	9,21 ± 0,57	36,20 ± 7,23
Didelio FA	n = 63	≥ 3001	Mergaitės n = 27	9,14 ± 0,35	35,40 ± 5,44
			Berniukai n = 36	9,24 ± 0,62	35,16 ± 7,41
Visos grupės (X ± SNX)	n = 176	Mergaitės n = 84	2541,7143 ± 812,30014	9,13 ± 0,34	35,69 ± 7,31
		Berniukai n = 92	3353,2688 ± 1186,77175		

**Pastaba:**  $\bar{X} \pm SN$  – aritmetinis vidurkis ir standartinis nuokrypis.

Taikant Studento kriterijų buvo bandoma nustatyti, ar skiriasi berniukų ir mergaičių *bendroji* FA apimtis. Gauta Levene's testo reikšmė lygi 0,289 ( $p > 0,05$ ), tai reiškia, kad populiacijos pakankamai homogeniškos. Tuo remiantis nustatyti statistiškai reikšmingi skirtumai tarp berniukų ir mergaičių bendrosios FA apimties ( $p = 0,003$ ), todėl galima daryti išvadą, kad berniukai yra fiziškai aktyvesni nei mergaitės. Skirtumai lyties aspektu tarp didelio, vidutinio ir mažo FA grupių buvo statistiškai nereikšmingi ( $p > 0,05$ ).

Didelio fizinio aktyvumo (DFA) dažnumas (d./sav.), trukmė (min/d.) ir apimtis, t. y. energijos išikvojimas per savaitę (MET'os/sav.), bei respondentų skirstinys pateikti 3 lentelėje. Vyraujantis DFA dažnumas yra 2–3 dienos. Tokį DFA dažnumą nurodė atitinkamai 35,23 % ir 46,02 % respondentų. DFA trukmė, atsižvelgiant į FA dažnumą, svyruoja nuo 12 min per 7 dienas iki 46 min per 4 dienas. Didžiausias energijos išikvojimas nustatytas esant 4 dienų FA dažnumui (1793 MET'os/sav.). Didžiausio tiriamų mokinių skaičius (46 %,  $n = 81$ ) DFA per savaitę buvo 3 dienos, vidutinė trukmė – 43 min, vidutinis energijos išikvojimas – 1745 MET'os/sav. Nedidelė dalis mokinių (2,3 %,  $n = 4$ ) buvo nedidelio fizinio aktyvumo.

3 lentelė

**Respondentų didelio fizinio aktyvumo dažnumas, trukmė ir apimtis**

FA dažnumas (d./sav.)	FA trukmė (min/d.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	DFA apimtis (MET'os/sav.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	Respondentų skaičius	
			proc.	n
0	0	0	2,28	4
1	15,7 ± 30,9	523 ± 357	2,28	4
2	44,30 ± 18,5	1613 ± 308	35,23	62
3	43,14 ± 16,2	1745 ± 325	46,02	81
4	45,61 ± 14,2	1793 ± 739	5,68	10
5	45,4 ± 16,6	1712 ± 307	4,54	8
6	30,3 ± 6,88	1242 ± 367	2,27	4
7	12,6 ± 8,66	940 ± 261	1,70	3
Iš viso:			100	176

Pastaba:  $\bar{X} \pm SN$  – aritmetinis vidurkis ir standartinis nuokrypis.

Vidutinio fizinio aktyvumo (VFA) dažnumas (d./sav.), trukmė (min/d.) ir FA apimtis (MET'os/sav.) pateikti 4 lentelėje. Vyraujantis VFA dažnumas – 4–5 dienos (atitinkamai 21,6 %,  $n = 38$  ir 21 %,  $n = 37$ ). Panašus respondentų skaičius (maždaug penktadalis) būna vidutiniškai fiziškai aktyvūs 2 kartus (10 %,  $n = 18$ ) ir 7 kartus per savaitę (11 %,  $n = 19$ ). VFA trukmė, priklausomai nuo dažnumo, svyruoja nuo 31 min per 2 dienas iki 55 min per 5 dienas. Didžiausias energijos išikvojimas, nustatytas esant 4–5 dienų VFA dažnumui, yra atitinkamai

1013–1103 MET'os/sav. Mokinių, kurie nėra VFA, nenustatyta.

4 lentelė

**Respondentų vidutinio fizinio aktyvumo dažnumas, trukmė ir apimtis**

FA dažnumas (d./sav.)	FA trukmė (min/d.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	VFA apimtis (MET'os/sav.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	Respondentų skaičius	
			proc.	n
0	0	0	0	0
1	47,7 ± 20,6	138 ± 129	4,54	8
2	30,7 ± 15,2	337 ± 108	10,23	18
3	36,5 ± 13,7	656 ± 377	15,34	27
4	51,0 ± 32,4	1013 ± 356	21,60	38
5	55,3 ± 26,9	1103 ± 288	21,03	37
6	40,0 ± 15,7	892 ± 451	16,48	29
7	35,15 ± 18,2	533 ± 243	10,78	19
Iš viso:			100	176

Pastaba:  $\bar{X} \pm SN$  – aritmetinis vidurkis ir standartinis nuokrypis.

5 lentelėje pateikiama ėjimo dažnumas (d./sav.), trukmė (min/d.) ir FA apimtis (MET'os/sav.). Nustatyta, kad vyraujantis ėjimo dažnumas – 7 dienos. Kasdienis ėjimo dažnumas, kurio vidutinė trukmė 43 min/d., būdingas 39 % ( $n = 69$ ) respondentų, jie eidami išikvoja 674 MET'as/sav. Didžiausias energijos išikvojimas nustatytas esant 6 dienų ėjimo dažnumui – 856 MET'os/sav. Ėjimo trukmė, atsižvelgiant į FA dažnumą, svyruoja nuo 27 min per 5 dienas iki 58 min per 2 dienas. Mokinių, kurie būtų visiškai fiziškai pasyvūs, nebuvo.

5 lentelė

**Respondentų ėjimo dažnumas, trukmė ir apimtis**

FA dažnumas (d./sav.)	FA trukmė (min/d.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	Ėjimo apimtis (MET'os/sav.) ( $\bar{X} \pm SN$ )	Respondentų skaičius	
			proc.	n
0	0	0	0	0
1	28,0 ± 19,0	285 ± 81,1	2,27	4
2	58,0 ± 39,4	780 ± 510	1,13	2
3	46,5 ± 39,2	667 ± 306	5,12	9
4	53,1 ± 29,8	815 ± 472	7,95	14
5	26,6 ± 15,6	396 ± 325	23,87	42
6	37,8 ± 17,3	856 ± 447	20,45	36
7	43,3 ± 25,4	674 ± 427	39,21	69
Iš viso:			100	176

Pastaba:  $\bar{X} \pm SN$  – aritmetinis vidurkis ir standartinis nuokrypis.

Nustačius fizinio aktyvumo apimtį buvo vertinama, ar moksleivių fizinis aktyvumas yra pakankamas ir atitinka sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo normą. Sveikatą stiprinantį fizinį aktyvumą (SSFA) patiriančiais buvo laikomi tie mokiniai, kurių FA intensyvumas vidutinis, trukmė ne mažesnė kaip 60 minučių, dažnis – kiekvieną dieną. Kitiems moksleiviams dėl nepakankamo fizinio aktyvumo yra sveikatos sutrikimo rizikos grėsmė (WHO, 2003). Remiantis pateiktu sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo (SSFA) apibūdinimu, 36 % mūsų

tirtų moksleivių buvo fiziškai aktyvūs, o pagal lytį – 32 % mergaičių ir 42 % berniukų.

Savikontrolės gebėjimų ir bendrojo fizinio aktyvumo koreliaciniai ryšiai pateikiami 6 lentelėje. Tarp bendrosios FA apimties ir savikontrolės gebėjimų nustatyti dažniausiai silpni teigiami koreliaciniai ryšiai. **Savikontrolės gebėjimų** ir **bendrojo FA** koreliacinių ryšių analizė parodė egzistuojančią silpną tendenciją, kad mokiniai, kurių bendrasis fizinis aktyvumas didesnis, turi kai kuriuos geresnius fizinės ir psichosocialinės savikontrolės gebėjimus: nustatytas ryšys tarp bendrosios FA apimties ir *gebėjimo įvertinti ramybės pulso dažnį* ( $p < 0,05$ ) bei *pulso dažnį po fizinių pratimų* ( $p < 0,01$ ); *gebėjimo įvertinti, ar pulsas yra normalus* ( $p < 0,01$ ), *gebėjimo pastebėti ir įvertinti savijautą* ( $p < 0,05$ ), *nuotaiką* ( $p < 0,01$ ), *nuovargį* ( $p < 0,05$ ), *gebėjimo suprasti, ar esi ištvėrimingas* ( $p < 0,001$ ).

Koreliaciniai ryšiai tarp psichosocialinės savikontrolės gebėjimų ir bendrojo FA parodė egzistuojančią silpną tendenciją, kad mokiniai, kurių bendrasis fizinis aktyvumas didesnis, gali lengviau prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų (Spirmeno  $\rho = 0,154$ ,

6 lentelė

**Savikontrolės gebėjimų ir bendrojo fizinio aktyvumo koreliaciniai ryšiai**

Savikontrolės gebėjimų ir bendrojo fizinio aktyvumo koreliacija	Spirmeno koreliacijos koeficientas rho	Statistinis reikšmingumas p
4.1 Gebu suskaičiuoti savo ramybės pulsą * FA bendroji apimtis	0,185	0,014
4.2 Gebu suskaičiuoti ir įvertinti savo pulsą po fizinių pratimų * FA bendroji apimtis	0,275	0,006
4.3 Gebu įvertinti, ar mano pulsas normalus * FA bendroji apimtis	0,203	0,007
4.5 Gebu pastebėti ir įvertinti savo savijautą * FA bendroji apimtis	0,155	0,040
4.6 Gebu pastebėti ir įvertinti savo nuotaiką * FA bendroji apimtis	0,215	0,005
4.7 Gebu pastebėti ir įvertinti, ar esu pavargęs * FA bendroji apimtis	0,182	0,015
4.14 Gebu įvertinti, ar esu ištvėrimingas * FA bendroji apimtis	0,263	0,003
5.32 Aš sugebu apsimesti ramus, net jei esu labai sutrikęs * FA bendroji apimtis	0,164	0,030
5.33 Kai man labai nepatinka kokias nors veiklas, aš galiu prisiversti elgtis taip, lyg tai man būtų malonu * FA bendroji apimtis	0,164	0,030
5.35 Man labai lengva prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų * FA bendroji apimtis	0,154	0,043

Pastaba: \* – reikšmingumo lygmuo  $p < 0,05$ ; \*\* – reikšmingumo lygmuo  $p < 0,01$ ; \*\*\* – reikšmingumo lygmuo  $p < 0,001$ .

$p = 0,043$ ), kai nepatinka veikla, prisiversti elgtis taip, lyg tai būtų malonu (Spirmeno  $\rho = 0,164$ ,  $p = 0,030$ ), gali geriau apsimesti, jog yra ramūs, net jei yra labai sutrikę (Spirmeno  $\rho = 0,164$ ,  $p = 0,030$ ), taigi, turi geresnę psichinę pusiausvyrą.

## Rezultatų apibendrinimas

Analizuojant tyrimo rezultatus nustatyta, kad berniukų bendroji FA apimtis statistiškai patikimai didesnė nei mergaičių ( $p < 0,001$ ). Literatūros šaltinių analizė rodo neigiamą koreliaciją tarp amžiaus ir bendrojo fizinio aktyvumo: augančių vaikų fizinis aktyvumas linkęs mažėti (PSO, 2003; Strong, Malina et al., 2005; Harro et al., 2006). Mūsų tyrimo duomenimis, taip pat nustatyti FA skirtumai lyties aspektu: berniukų bendroji FA apimtis buvo statistiškai patikimai didesnė nei mergaičių ( $p < 0,01$ ).

Tyrimai rodo, kad nepakankamas fizinio aktyvumo paplitimas būdingas įvairių šalių vaikams ir jaunimui, ypač mergaitėms (PSO, 2003; Andersen, Mechelen, 2005). Volbekienės ir kt. (2007) tyrimų duomenimis, tik mažumai Lietuvos 5–11 klasių moksleivių, iš jų labiau berniukams nei mergaitėms, būdingas fizinis aktyvumas, kurio intensyvumas, trukmė ir dažnumas stiprintų jų sveikatą: autorės teigia, kad Lietuvos didžiuosiuose miestuose sveikatą stiprinantį fizinį aktyvumą (SSFA) patiria tik mažuma (14,2 %) moksleivių. Mūsų tyrimo duomenys rodo, kad sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas būdingas 36,14 % moksleivių, o pagal lytį – 31,8 % mergaičių ir 42,5 % berniukų. Tai, matyt, susiję su amžiaus ypatumais, nes 9–10 metais fizinis aktyvumas dar nėra pradėjęs greitai mažėti. PSO tarptautinio tyrimo „Moksleivių sveikata ir gyvensena“ (angl. *Health Behavior in School-aged Children; HBSC*) duomenimis, vidutiniškai 55 % 2001–2002 m. tirtų 11, 13 ir 15 metų Lietuvos moksleivių buvo aktyvūs po valandą keturias dienas per savaitę (Harro et al., 2006), tačiau šiame tyrime buvo vertinama, ar moksleivis buvo fiziškai aktyvus mažiausiai valandą per dieną bent keturias dienas per savaitę, taigi tyrimų duomenis palyginti nelengva.

Analizuodami savo atliktų tyrimų rezultatus atskleidėme priklausomybę tarp mokinių bendrosios FA apimties ir savikontrolės gebėjimų: nustatyta silpna tendencija, kad mokiniai, kurių bendrasis fizinis aktyvumas didesnis, geba geriau įvertinti ramybės pulso dažnį ir pulso dažnį po fizinio krūvio bei įvertinti, ar pulsas yra normalus, pastebėti ir įvertinti savo savijautą, nuotaiką ir nuovargį, suprasti, ar yra

ištvermingi. Teigiami tiesiniai koreliaciniai ryšiai rodo, kad jiems lengviau prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų ir atlikti nemėgstamą veiklą taip, lyg tai būtų malonu; jie gali geriau apsimesti, jog yra ramūs, net jei yra labai sutrikę ( $p < 0,05$ ).

Šniro (2005) ir Malinausko (2004) tyrimai patvirtina moksleivių fizinės saviugdos ir psichikos sveikatos sąsajas: fizinė saviugda teigiamai veikia psichinę sveikatą, nes statistiškai patikimai pagerėjo tiriamųjų psichinė pusiausvyra, kartu ir moksleivių psichinės savikontrolės gebėjimai. Cecchini, Montero ir kt. (2007), tyrinėję mokyklinio amžiaus vaikų asmeninės ir socialinės atsakomybės įtaką savikontrolei ir žaidimui pagal taisykles, nustatė, kad po intervencinės programos pagerėjo tiriamųjų savi-reguliacijos procesai ir sumažėjo kintamųjų, susijusių su noru išlošti, šiurkščiu žaidimu, kontaktiniais prasižengimais ir blogu meistriškumu, reikšmės. Tai patvirtina, kad per fiziškai aktyvią veiklą galima ugdyti savikontrolės gebėjimus. Šniro (2005) ir Malinausko (2004) nuomone, esminiai socialiniai įgūdžiai yra įgyti automatizuoti gebėjimai, kuriuos mokiniai gali išsiugdyti ir sustiprinti. Mūsų tyrime nustatyti tiesiniai koreliaciniai ryšiai tarp fizinio aktyvumo ir savikontrolės gebėjimų rodo, kad per fizinę veiklą galima ugdyti gebėjimus ne tik geriau valdyti savo kūną, bet ir prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų, susitvardyti, jei esi sutrikęs, atlikti nemėgstamą veiklą ( $p < 0,05$ ). Chiviacowsky ir kt. (2008) tyrimai su 10–11 metų vaikais patvirtina savikontrolės naudą judesio atlikimo ir apgalvoto, o ne impulsyvaus elgesio mokymuisi.

*Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrosiose programose* (2008) teigiama, kad fiziškai aktyvi veikla skatina gebėjimą prisitaikyti prie nuolat kintančių sąlygų ir reikalavimų bei sudaro sąlygas asmeniui pažinti save, savo individualybę, ugdyti fizinę ir dvasinę ištvermę, savikontrolės gebėjimus. Mokslininkai (Andersen, Mechelen, 2005) teigia, kad fizinis aktyvumas ypač svarbus vaikų protinei ir socialinei raidai, tačiau tai įrodyti trukdo metodologinės fizinio aktyvumo nustatymo problemos.

Mūsų atlikti tyrimai parodė, kad savikontrolės įgūdžiai svarbūs fizinio pasyvumo prevencijai ir suteikia iki šiol mažai panaudotų galimybių didinti fizinį aktyvumą. Pradinėse klasėse reikia mokyti fizinio aktyvumo savikontrolės, aiškinti jos reikšmę fizinei bei psichinei sveikatai ir būtinai tinkamai organizuoti ir vykdyti fizinio ugdymo procesą. Tikslinga atlikti tolesnius tyrimus, kuriais būtų siekiama atskleisti, ar ilgai mokiniams pavyksta taikyti išug-

dytus savikontrolės gebėjimus, nes nuolat netobulimami įgūdžiai silpnėja.

Tyrimas iškėlė naujų probleminių klausimų: kaip ugdyti fizinio aktyvumo savikontrolės gebėjimus per kūno kultūros pamokas, kokie savikontrolės gebėjimų ugdymo fiziškai aktyvioje veikloje ypatumai; kaip modeliuoti ugdymo vyksmą per kūno kultūros pamokas, kad gerėtų savikontrolės gebėjimų lygis? Tai tik keletas aktualių klausimų, kurių tiek teorinė, tiek empirinė analizė praplėstų turimas žinias ir padėtų ieškoti naujų šios problemos sprendimo būdų.

## Išvados

1. Nustatyti statistiškai reikšmingi psichosocialinės savikontrolės skirtumai lyties aspektu: daugeliu atvejų mergaitės turi geresnius psichosocialinės savikontrolės gebėjimus, ( $p < 0,01$ ), berniukai dažniau nei mergaitės geba suvaldyti savo baimes, nerimą, ( $p < 0,01$ ). Fizinės savikontrolės rezultatų skirtumai lyties aspektu statistiškai nereikšmingi.

2. Nustatyti FA skirtumai lyties aspektu: berniukų bendroji FA apimtis statistiškai patikimai didesnė nei mergaičių ( $p < 0,01$ ). Skirtumai lyties aspektu tarp didelio, vidutinio ir mažo FA grupių buvo statistiškai nereikšmingi ( $p > 0,05$ ), nors daugiau mergaičių nei berniukų buvo vidutiniškai fiziškai aktyvios. Sveikatą stiprinantis FA būdingas 36 % mūsų tirtų moksleivių, o pagal lytį – 32 % mergaičių ir 43 % berniukų.

3. Nustatyti koreliaciniai ryšiai tarp bendrosios FA apimties ir kai kurių fizinės savikontrolės gebėjimų: gebėjimo įvertinti ramybės pulso dažnį ( $p < 0,05$ ); pulso dažnį po fizinių pratimų ( $p < 0,001$ ); gebėjimo įvertinti, ar pulsas yra normalus ( $p < 0,005$ ); gebėjimo pastebėti ir įvertinti savijautą ( $p < 0,05$ ), nuotaiką ( $p < 0,05$ ), nuovargį ( $p < 0,05$ ); gebėjimo suprasti, ar esi ištvermingas ( $p < 0,01$ ). Koreliaciniai ryšiai tarp psichosocialinės savikontrolės gebėjimų ir bendrojo FA parodė egzistuojančią silpną tendenciją, kad mokiniai, kurių bendrasis fizinis aktyvumas didesnis, gali lengviau prisitaikyti prie visokiausių reikalavimų ( $p < 0,05$ ); kai nepatinka veikla, prisiversti elgtis taip, lyg tai būtų malonu ( $p < 0,05$ ); apsimesti, jog yra ramūs, net jei yra labai sutrikę ( $p < 0,05$ ).

## LITERATŪRA

1. Ainsworth, B. E., Levy, S. S. (2004). Assessment of health-enhancing physical activity: methodological issues. In: P. Oja, J. Borms (Eds.), *Health Enhancing Physical Activity. Perspectives - the Multidisciplinary Series of Physical Education and Sport Science*, 6 (pp. 239–270). Oxford (UK): Meyer&Meyer Sport Ltd.

2. Andersen, L., Mechelen, W. (2005). Are children of today less active than before and is their health in danger? What can we do? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 15(5), 268–270.
3. Baumeister, R. F., Exline, J. J. (2000). Self-control, morality and human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 29–42.
4. Cecchini, J. A., Montero, J., Alonso, A., Izquierdo, M., Contreras, O. (2007). Effects of personal and social responsibility on fair play in sports and self-control in school-aged youths. *European Journal of Sport Science*, Dec, 7, 4, 203–212. Inreaktyvus [žiūrėta 2008-12-28]. 2011 Nr. 1(63) 39. Prieiga per internetą: <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?vid=6&hid=107&sid=34e11782d-ba11-46d0-9e>
5. Chiviawsky, S., Wulf, G., de Medeiros, F. L., Kaefer, A., Tani, G. (2008). Learning benefits of self-controlled knowledge of results in 10 year old. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, September, 79, 3, 405–410. Interaktyvus [žiūrėta 2008-12-28]. Prieiga per internetą: <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?vid=6&hid=107&sid=34e11782d-ba11-46d0-9e>
6. Dencker, M., Thorsson, O., Karlsson, M. K. et al. (2006). Daily physical activity related to body fat in children aged 8–11 years. *Journal of Pediatrics*, 149, 38–42. Ottawa Charter for Health Promotion. Ottawa: World Health Organization; 1986.
7. *Guidelines for data processing and analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short and Long Forms* (2005). International Physical Activity Questionnaire. [žiūrėta 2008-05-10]. Prieiga per internetą: < <http://www.ipaq.ki.se> >
8. Harro, M., Oja, P., Tekkel, M., Aru, J., Villa, I., Liiv, K., et al. (2006). Monitoring physical activity in Baltic countries: the FINBALT study, HBSC and other surveys in young people. *Eur J Public Health*, 14, 103–9.
9. *Health Behaviour in Schoolaged Children (HBSC) study: International Report from the 2001/2002 survey*. WHO (2004). Available from: URL: <http://www.euro.who.int/Document/e82923.pdf>
10. Malinauskas, R. (2004). Esminiai socialiniai igūdžiai ir jų vertinimas (remiantis sporto pedagogų tyrimo duomenimis). *Ugdymo psichologija*, 11–12, 197–201.
11. *Nacionalinės sveikatos tarybos metinis pranešimas* (2005). (Annual Report of the National Health Board of Lithuania, 2005). Available from: URL: <http://www3.lrs.lt/owa-bin/owaarepl/inter/owa/U0157360.pdf>
12. Papalia, D. E., Olds, S. W. (1990). *Child's World: Infancy through Adolescence*. New York.
13. Riggio, R. E., Friedman, H. S. (1983). Individual differences and cues to deception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 899–915.
14. Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., et al. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *Journal of Pediatrics*, 146 (6), 732–737.
15. Šniras, Š. (2005). *Krepšinio sporto mokyklų moksleivių socialinių igūdžių ugdymo ypatumai: daktaro disertacija*. Kaunas: LKKA.
16. Volbekienė, V., Gričiūtė, A., Gaižauskienė, A. (2007). Lietuvos didžiųjų miestų 5–11 klasių moksleivių su sveikata susijęs fizinis aktyvumas. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2, 71–77.
17. Volbekienė, V., Emeljanovas, A., Rutkauskaitė, R., Trinkūnienė, L. (2008). Mokinių fizinio aktyvumo ir su sveikata susijusio fizinio pajėgumo tarpusavio ryšiai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4(71), 127–132.

## THE RELATIONSHIP BETWEEN PRIMARY SCHOOLCHILDREN'S (9–10 YEARS OLD BOYS AND GIRLS) SELF-CONTROL ABILITIES AND PHYSICAL ACTIVITY

**Vytė Kontautienė<sup>1</sup>, Prof. Dr. Audronius Vilkas<sup>2</sup>**

*Klaipėda University<sup>1</sup>, Lithuanian University of Educational Sciences<sup>2</sup>*

### SUMMARY

Research aim was to assess the correlations between 9–10 year-old students' self-control skills and physical activity. The research was conducted in Klaipėda City general schools, in primary classes, in February – March, 2010. Research ethics requirements were being followed. 9–10 year-old primary school pupils participated in the research (n=176), including 47,7% girls and 52,3% boys. Research methods: analysis of special literature, survey applying questionnaires, mathematical statistics. The questionnaire of self-control evaluation was designed on the basis of the programme “To Grow and Strengthen” (2004) of Lithuanian physical education, as well as following Social Skills Inventory for Emotional Control and Social Control by Riggio and Friedman (1983). Physical activity (PA) was determined according to

the short form of the modified international PA (IPAQ) questionnaire (Ainsworth, Levy, 2004). Following modified recommendations (Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short and Long Forms, 2005), all the respondents were classified in low, average, and high PA groups according to general PA span. Research results: statistically significant psychosocial self-control differences depending on gender were determined: in many cases girls have better psychosocial self-control abilities ( $p < 0,01$ ). They are better at keeping to the rules of a game ( $p < 0,001$ ), acting up to a promise and applying the undertakings ( $p < 0,01$ ), making themselves act as if an activity is pleasant for them ( $p < 0,05$ ), getting along with all kinds of people ( $p < 0,001$ ), noticing their state

of mind ( $p<0,01$ ), mood ( $p<0,05$ ), assessing if they are flexible ( $p<0,05$ ), dressing properly according to the weather conditions ( $p<0,01$ ). Boys are better than girls at controlling their fears, anxiety ( $p<0,01$ ). The weakest students' physical self-control abilities are the ability to assess one's pulse and understand one's physical activity, result differences depending on gender, however, are not significant. The research results confirmed that boys' general PA span was statistically significantly bigger than girls' ( $p<0,01$ ), however, more girls than boys were averagely physically active ( $p>0,05$ ). The differences between high physical activity groups and walking by gender were not statistically significant. The correlative analysis of physical activity and self-control skills revealed the correlations between PA span and certain self-control skills. Conclusions: statistically significant psychosocial self-control differences depending on gender were determined: in many cases girls have better psychosocial self-control abilities ( $p<0,01$ ), boys are better than girls at controlling their fears, anxiety ( $p<0,01$ ). 36.14% of our researched students experience health strengthening PA, grouping

by gender – 31.8% of girls, and 42.5% of boys. PA differences by gender were determined: boys' general PA span was statistically significantly bigger than girls ( $p<0,01$ ), however, more girls than boys were averagely physically active ( $p>0,05$ ). The differences between high physical activity groups and walking by gender were not statistically significant. Correlations between PA span and certain self-control skills were determined: the ability to assess pulse frequency in quiet state ( $p<0,05$ ), after physical exercises ( $p<0,001$ ), the ability to assess if the pulse is normal ( $p<0,05$ ), the ability to notice and assess one's condition ( $p<0,05$ ), mood ( $p<0,05$ ), tiredness ( $p<0,05$ ), the ability to understand if one has endurance ( $p<0,01$ ). Correlations between psychosocial self-control skills and general PA showed that there is a weak tendency that students whose general PA is higher easier adapt to different requirements ( $p<0,05$ ), make themselves act as if they like the activity which is not attractive to them ( $p<0,05$ ), pretend better that they are calm even if they are very nervous ( $p<0,05$ ).

*Keywords:* self-control, ability, physical activity, primary school pupils.

# SPORTO MOKSLO METODOLOGIJA

## METHODOLOGY OF SPORT SCIENCE

### 14–15 metų mergaičių koordinacinių gebėjimų lavinimas tinklinio pratimais per kūno kultūros pamokas

*Doc. dr. Renata Kviklienė, Ana Buiko*  
*Lietuvos edukologijos universitetas*

#### Santrauka

Koordinacinių gebėjimų lavinimo paauglystės laikotarpiu priemonių paieška nėra lengva, nes reikia įvertinti daug paauglę veikiančių veiksnių. Ieškoti naujų fizinio ugdymo technologijų verčia tai, kad jau daugeliui vidurinio mokyklinio amžiaus mokinių susiformuoja pasyvaus mokymosi stereotipas, ir juo aukštesnė klasė, tuo mokinės pasyvesnės, mažėja jų fizinis aktyvumas, todėl per kūno kultūros pamokas parenkamos priemonės ir taikomi metodai paauglėms turi patikti, būti priimtini, taip pat ir efektyvūs. Ieškant naujų kūno kultūros pamokos įvairinimo galimybių, tyrimui parinktos skirtingas, tačiau, tyrėjų nuomone, lygiavertės savo lavinamuoju pobūdžiu priemonės: tinklinio pratimai ir bendrojo lavinimo pratimai mergaičių koordinaciniams gebėjimams lavinti. Šios priemonės ir buvo pagrindinis veiksnys, skiriantis mūsų tiriamųjų grupių darbą.

Darbo tikslas – išanalizuoti, kaip kinta 14–15 m. mergaičių koordinaciniai gebėjimai, lavinami tinklinio pratimais per kūno kultūros pamokas. Tyrimo objektas – tinklinio pratimų poveikis mergaičių koordinacinių gebėjimų kaitai. Tyrimas atliktas vienoje Vilniaus gimnazijoje 2010–2011 mokslo metais. Tyrime dalyvavo pagrindinės medicininės grupės nesportuojančios 14–15 metų mokinės ( $n = 42$ ). Patogiuoju būdu sudarytos dvi grupės:

1. Eksperimentinė grupė (E) ( $n = 21$ ) – pagrindinėje kūno kultūros pamokos dalyje 16–18 min atliko mūsų siūlomus tinklinio pratimų kompleksus.

2. Kontrolinė grupė (K) ( $n = 21$ ) – pagrindinėje kūno kultūros pamokos dalyje 16–18 min atliko bendrojo lavinimo pratimus.

Eksperimento metu abi grupės turėjo vienodas sąlygas sportuoti, dirbo pagal sudarytą kūno kultūros programą, grupių pamokų skaičius ir struktūra buvo vienoda. Pedagoginis eksperimentas truko tris mėnesius. Koordinacinių gebėjimų lygis vertintas eksperimento pradžioje ir pabaigoje. Mokinių koordinacinių gebėjimų lygiui nustatyti naudoti tokie testai: flamingo pusiausvyros testas (pagal Eurofitą, 1993), trys kūlvirsčiai pirmyn (Лях, 2006), šuolis į tolį iš vietos atbulomis (Лях, 2006),  $10 \times 5$  m bėgimas šaudykle (pagal Eurofitą, 1993).

Tyrimo pradžioje kontrolinės ir eksperimentinės grupės mergaičių koordinaciniai gebėjimai buvo panašūs. Pedagoginio eksperimento pabaigoje eksperimentinės grupės koordinaciniai gebėjimai turėjo tendenciją gerėti, tačiau tik pusiausvyros (flamingo testo) rodikliai pagerėjo statistiškai patikimai ( $p < 0,01$ ). Taip pat reikia paminėti, kad pedagoginio eksperimento pabaigoje, palyginus eksperimentinės grupės, kuri dirbo pagal mūsų parengtą programą, ir kontrolinės grupės, kuri lavino fizines ypatybes bendrojo lavinimo pratimais, rezultatus, nustatyta, kad statistiškai patikimai skyrėsi tik flamingo testo rezultatai ( $p < 0,025$ ). Iš tyrimo rezultatų matyti, kad tris mėnesius taikyti tinklinio pratimų kompleksai turėjo poveikį tik mergaičių pusiausvyros rodiklių kaitai (testo rodiklių kaita statistiškai reikšminga).

Tyrimo pabaigoje paaiškėjo, kad mūsų sudaryta mergaičių koordinacinių gebėjimų lavinimo programa turėjo nedidelį poveikį, nors ir pastebima rezultatų gerėjimo tendencija. Manome, kad poveikis būtų didesnis, jei šiuos pratimus būtų taikyti ilgesnį laiką.

**Raktažodžiai:** tinklinio pratimai, koordinaciniai gebėjimai, kūno kultūros pamoka.

#### Įvadas

Koordinacinių gebėjimų lavinimas yra būtinas ir svarbus veiksnys visapusiškos vaiko asmenybės formavimuisi. Aukštas jų lygis lemia greitą įvairių technikos elementų išmokimą, jų atlikimo stabilumą, plečia judėjimo patirtį. Tikslus judesių atlikimas laiko, erdvės atžvilgiu, taip pat gebėjimas reguliuoti raumenų įsitemimą įvairiose judesio fazėse leidžia racionaliai naudoti energinius išteklius.

Įvairių pratimų formų ir jų variantų taikymas koordinaciniams gebėjimams lavinti mažina kūno kultūros pamokų monotoniškumą. Koordinaciniams gebėjimams lavinti gali būti naudojami įvairūs pra-

timai, jei tik jų atlikimas koordinaciniu požiūriu sudėtingas. Tai gali būti įvairūs žinomi pratimai, bet atliekami iš neįprastų pradinių padėčių. Taip pat, jei jiems atlikti reikia judesio tikslumo, atlikėjo nuovokumo, greičio, racionalumo. Pratimai, kurie atitinka šiuos reikalavimus, ir yra tinkami koordinaciniams gebėjimams lavinti (Hirtz, 1985, Liach, 2006).

Įvairaus amžiaus mokinių koordinaciniams gebėjimams lavinti per kūno kultūros pamokas įvairių priemonių yra pasiūlę Kopylovas (Копилов, 1987), Pogarelova (Погарелова, 1989), Kaplinskis (Каплинский, 1990), Bogdanovas (Богданов,

1992), Kviklienė (2001), Vilkas, Katinas (2002, 2010). Tinklinio pratimais galima lavinti jėgą, greitumą, šoklumą, koordinacinius gebėjimus, išsvermę (Фурманов, 2007). Koordinaciniams gebėjimams lavinti tinka veiksmai su kamuoliu (padavimai, perdavimai, puolamasis smūgis, užtvara, žaidimas gynyboje), tačiau pratimai turi būti artimi varžybiniam, turėti nestandartinių situacijų.

Koordinacinių gebėjimų lavinimo paauglystės laikotarpiu priemonių paieška nėra lengva, nes reikia įvertinti daug paauglę veikiančių veiksnių. Ieškoti naujų fizinio ugdymo technologijų verčia tai, kad jau daugeliui vidurinio mokyklinio amžiaus mokinių susiformuoja pasyvaus mokymosi stereotipas, ir juo aukštesnė klasė, tuo mokinės pasyvesnės, mažėja jų fizinis aktyvumas, todėl per kūno kultūros pamokas parenkamos priemonės ir taikomi metodai paauglėms turi patikti, būti priimtini, taip pat ir efektyvūs.

Ieškant naujų kūno kultūros pamokos įvairinimo galimybių, tyrimui parinktos skirtingas, tačiau, tyrėjų nuomone, lygiavertės savo lavinamuoju pobūdžiu priemonės: tinklinio pratimai ir bendrojo lavinimo pratimai mergaičių koordinaciniams gebėjimams lavinti. Šios priemonės ir buvo pagrindinis veiksnys, skiriantis mūsų tiriamųjų grupių darbą.

**Tyrimo tikslas** – ištirti tinklinio pratimų, atliekamų per kūno kultūros pamokas, poveikį 14–15 m. mergaičių koordinacinių gebėjimų kaitai. **Tyrimo objektas** – tinklinio pratimų poveikis mergaičių koordinacinių gebėjimų kaitai.

### Tyrimo organizavimas ir metodai

Tyrimas atliktas vienoje Vilniaus gimnazijoje 2010–2011 mokslo metais. Tyrime dalyvavo pagrindinės medicininės grupės nesportuojančios 14–15 metų mokinės ( $n = 42$ ), besimokančios pirmoje gimnazijos klasėje. Rugsėjo mėnesio pabaigoje patogiuoju būdu buvo sudarytos dvi grupės:

1. Eksperimentinė grupė (E) ( $n = 21$ ) – pagrindinėje kūno kultūros pamokos dalyje 16–18 min atliko eksperimentui parengtus tinklinio pratimų kompleksus.

2. Kontrolinė grupė (K) ( $n = 21$ ) – pagrindinėje kūno kultūros pamokos dalyje 16–18 min atliko bendrojo lavinimo pratimus.

Eksperimento metu abi grupės turėjo vienodas sąlygas sportuoti, dirbo pagal sudarytą kūno kultūros programą (programa parengta remiantis Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrosiomis programomis (<http://www.smm.lt/ugdymas/bendrasis/index.htm>) ir patvirtinta gimnazijos administracijos

2010–2011 mokslo metams). Pedagoginis eksperimentas truko tris mėnesius. Abiejų grupių pamokų skaičius buvo vienodas (spalio mėnesį 9 pamokas buvo mokomasi tinklinio, lapkričio mėnesį 8 pamokas – krepšinio, gruodžio mėnesį 6 pamokas – gimnastikos, iš viso buvo 23 eksperimentinės pamokos). Abiejų grupių pamokų struktūra buvo panaši (1 lentelė).

1 lentelė

*Kūno kultūros pamokų struktūra*

Pamokos dalys	Pamokos struktūra	Laikas
Parengiamoji	Įvadas, pramankšta	5
Pagrindinė	Fizinių ypatybių lavinimas	16–18
	Mokomoji medžiaga	16–18
Baigiamoji	Raminamojo pobūdžio pratimai	5

Pagrindinėje pamokos dalyje, kuri trukdavo iki 35 min, buvo vykdomi pagrindiniai pamokos uždaviniai: lavinamos fizinės ypatybės, mokoma naujų judesių, veiksmų, teikiamos žinios. Mūsų tiriamųjų grupių moksleivės kiekvieną pamoką fizinėms ypatybėms lavinti skirdavo 16–18 minučių pagrindinės pamokos dalies laiko, abiejų grupių tiriamųjų fizinės ypatybės buvo lavinamos skirtingais pratimais. Svarbu tai, kad abiejų grupių moksleivės per pamoką gaudavo koncentruotą, apie 50 % pagrindinės pamokos dalies laiko užimančią fizinę krūvį. Kitą pagrindinės pamokos dalies laiką užimdavo mokyimo programos medžiaga, specialūs imitaciniai ir parengiamieji sporto šakų pratimai, judrieji žaidimai. Ši pamokos dalis abiejų grupių moksleivėms buvo vedama panašiai.

Eksperimento esmė – eksperimentinė mergaičių grupė per pamoką atlieka eksperimentui parengtą tinklinio pratimų kompleksą. Buvo sudaryti trys pratimų kompleksai, taikyti kas keturios pamokos. Prieš pradėdant taikyti kiekvieną pratimų kompleksą, mergaitėms buvo trumpai paaiškinama viso komplekso ir atskirų pratimų pedagoginė, fiziologinė ir socialinė reikšmė. Atliekamų pratimų reikšmė ir poveikis organizmui buvo pabrėžiamas per visą eksperimento laikotarpį. Kiekvieno komplekso atlikimas per pamoką užėmė pagrindinės pamokos dalies 15–16 minučių. Po komplekso pratimų 1,5–2 min buvo atliekami tempimo pratimai didžiausią krūvį per pratybas gavusioms raumenų grupėms.

I pratimų komplekso tikslas – lavinti mergaičių greitumą, greitumo jėgą, koordinacinius gebėjimus. Šis kompleksas buvo taikomas per pirmąsias 4 pamokas, 18–21 pamoką.

II pratimų kompleksas taikytas per 5–9 pamoką ir 14–17 pamoką, komplekso tikslas – lavinti mer-



gaičių greitumą, greitumo jėgą, lankstumą, koordinacinius gebėjimus.

III pratimų kompleksas taikytas per 10–13 pamoką ir 22–24 pamoką, komplekso tikslas – lavinti greitumą, greitumo jėgą, koordinacinius gebėjimus.

Taikant tinklinio pratimus fiziniams ypatybėms lavinti buvo atsižvelgta į tai, kad kai kurie tinklinio pratimai su tinklinio kamuoliais būtų atliekami saugiai, kad nebūtų traumuoti tuo metu toje pačioje salėje dirbantys kitų klasių moksleiviai. Tobulinant eksperimentinės grupės, lavinusios fizines ypatybes tinklinio pratimais, darbo programą, per gimnastikos ir krepšinio pamokas į kompleksus, skirtus fiziniams ypatybėms lavinti, įtraukta daugiau imitacinių ir specialiųjų tinklinio pratimų be kamuolio, kamuolio žongliravimo pratimų, sumažinta varymo, perdavimo pratimų. Žinių dalis papildyta mergaitėms aktualiomis temomis apie fizinių pratimų reikšmę ir poveikį organizmui, sveikatai, kūno formoms ir laikysenai.

Tuo pat metu kontrolinė grupė atliko bendrojo lavinimo pratimus toms pačioms fiziniams ypatybėms lavinti kaip ir eksperimentinės grupės paauglės.

Mokinių koordinacinių gebėjimų lygiui nustatyti naudoti tokie testai: *flamingo pusiausvyros testas* (pagal Eurofitą, 1993), *trys kūlvirsčiai pirmyn* (Лях, 2006), *šuoelis į tolį iš vietos atbulomis* (Лях, 2006), *10 × 5 m bėgimas šaudykle* (pagal Eurofitą, 1993). Koordinacinių gebėjimų lygis vertintas eksperimento pradžioje ir pabaigoje.

Tyrimo duomenims aprašyti ir analizuoti buvo taikomi matematinės statistikos metodai: apskaičiuoti rodiklių aritmetiniai vidurkiai ( $\bar{x}$ ), aritmetinio vidurkio standartinė paklaida ( $S\bar{x}$ ), skirtumo tarp vidurkių reikšmingumas (patikimumas) ( $p$ ). Tyrimo duomenys apdoroti kompiuterine programa STATISTICA 5.0 Lietuvos edukologijos universiteto (LEU) Sporto laboratorijoje.

## Tyrimo rezultatai

Pedagoginio eksperimento pradžioje užfiksuoti koordinacinių gebėjimų rodikliai rodo, jog abi tirtos grupės (kontrolinė ir eksperimentinė) buvo panašaus lygio (2 lentelė). Tyrimo pradžioje abiejų grupių flamingo testo rezultatai buvo aukštesnio nei vidutinio lygio, šaudyklinio bėgimo testo – patenkinamo lygio (Eurofitas, 1993), trijų kūlvirsčių pirmyn ir šuoelio į tolį iš vietos atbulomis rezultatai – žemesnio nei vidutinio lygio (Лях, 2006).

2 lentelė

### Eksperimentinės (E1) ir kontrolinės (K1) grupės mergaičių koordinacinių gebėjimų rezultatai pedagoginio eksperimento pradžioje ( $\bar{x}$ , $S\bar{x}$ , $p$ )

Testai	Flamingo (k./min)	Trys kūlvirsčiai pirmyn (s)	Šuoelis į tolį iš vietos atbulomis (cm)	Šaudyklinis bėgimas (s)
Tiriamosios grupės				
E1 (n = 21)	8,57 ± 0,42	5,14 ± 0,17	103,43 ± 2,64	21,19 ± 0,34
K1 (n = 21)	8,81 ± 0,39	5,49 ± 0,22	100,86 ± 2,11	21,18 ± 0,34
p E1:K1	–	–	–	–

Pedagoginio eksperimento pabaigoje (3 lentelė) eksperimentinės grupės mergaičių, kurios dirbo pagal mūsų parengtą programą, koordinaciniai gebėjimai pagerėjo, tačiau tik pusiausvyros (flamingo testo) rodikliai pagerėjo statistiškai reikšmingai ( $p < 0,01$ ). Rezultatai iš aukštesnių už vidutinius pakilo iki aukšto lygio (Eurofitas, 1993). Tiriamųjų šaudyklinio bėgimo rezultatai tyrimo pabaigoje taip ir liko patenkinami (Eurofitas, 1993). Tyrimo pabaigoje eksperimentinės grupės mergaičių atliktų koordinacinius gebėjimus įvertinančių testų – trijų kūlvirsčių pirmyn ir šuoelio į tolį iš vietos atbulomis – rezultatų lygis pakito nuo žemesnių už vidutinius iki vidutinių (Лях, 2006).

3 lentelė

### Eksperimentinės grupės mergaičių koordinacinių gebėjimų rezultatai pedagoginio eksperimento pradžioje (E1) ir pabaigoje (E2) ( $\bar{x}$ , $S\bar{x}$ , $p$ )

Testai	Flamingo (k./min)	Trys kūlvirsčiai pirmyn (s)	Šuoelis į tolį iš vietos atbulomis (cm)	Šaudyklinis bėgimas (s)
Tiriamosios grupės				
E1 (n = 21)	8,57 ± 0,42	5,14 ± 0,17	103,43 ± 2,64	21,19 ± 0,34
E2 (n = 21)	6,71 ± 0,45	4,67 ± 0,17	106,00 ± 2,61	20,80 ± 0,33
p E1:E2	<b>0,01</b>	–	–	–

Per eksperimentą kontrolinės grupės mergaičių, kurios lavino fizines ypatybes bendrojo lavinimo pratimais, visų tyrimų rodikliai truputį pagerėjo, skirtumas statistiškai nereikšmingas (4 lentelė). Tyrimo pabaigoje mergaičių atliktos flamingo testo rezultatai liko aukštesnio nei vidutinio, šaudyklinio bėgimo testo rezultatai – patenkinamo lygio (Eurofitas, 1993), trijų kūlvirsčių pirmyn ir šuoelio į tolį iš vietos atbulomis rezultatai – žemesnio nei vidutinio lygio (Лях, 2006).

4 lentelė

### Kontrolinės grupės mergaičių koordinacinių gebėjimų tyrimo rezultatai pedagoginio eksperimento pradžioje (K1) ir pabaigoje (K2) ( $\bar{x}$ , $S\bar{x}$ , $p$ )

Testai	Flamingo (k./min)	Trys kūlvirsčiai pirmyn (s)	Šuoelis į tolį iš vietos atbulomis (cm)	Šaudyklinis bėgimas (s)
Tiriamosios grupės				
K1 (n = 21)	8,81 ± 0,39	5,49 ± 0,22	100,86 ± 2,11	21,18 ± 0,34
K2 (n = 21)	8,29 ± 0,39	5,06 ± 0,19	102,67 ± 2,10	20,91 ± 0,33
p K1:K2	–	–	–	–

Pedagoginio eksperimento pabaigoje, palyginus eksperimentinės grupės, kuri dirbo pagal mūsų parengtą programą ir lavino fizines ypatybes tinklinio pratimais, ir kontrolinės grupės, kuri lavino fizines ypatybes bendrojo lavinimo pratimais, rezultatus, statistiškai patikimai skyrėsi tik flamingo testo rezultatai ( $p < 0,025$ ) (5 lentelė).

5 lentelė

**Eksperimentinės (E2) ir kontrolinės (K2) grupės mergaičių koordinacinių gebėjimų tyrimo rezultatai pedagoginio eksperimento pabaigoje**

Testai Tiriamosios grupės	Flamingo testas (k./min)	Trys kūlvirsčiai pirmyn (s)	Šuolis į tolį iš vietos atbulomis (cm)	Šaudyklinis bėgimas (s)
E2 (n = 21)	6,71 ± 0,45	4,67 ± 0,17	106,00 ± 2,61	20,80 ± 0,33
K2 (n = 21)	8,29 ± 0,39	5,06 ± 0,19	102,67 ± 2,10	20,91 ± 0,33
p E2:K2	<b>0,025</b>	–	–	–

Visi kiti koordinacinius gebėjimus įvertinantys testų rodikliai turėjo tendenciją gerėti, tačiau skirtumai statistiškai nereikšmingi.

### Tyrimo rezultatų aptarimas

Kad mergaitės noriai dalyvautų fizinėje veikloje, itin aktualu ieškoti įdomių mankštinimosi priemonių ir metodų. Šios priemonės turi būti ne tik patrauklios, bet ir veiksmingos, palaikyti ir lavinti mergaičių fizinių parengtumą. Mokslininkai siūlo nemažai priemonių ir metodų koordinaciniams gebėjimams lavinti.

Koordinaciniams gebėjimams lavinti galima naudoti pratimus su kamuoliais, juos atlikti įvairiose pamokos dalyse, bet geriausia – parengiamojoje ir pagrindinėje (Arndt, 1982). Kopylovo (Копилов, 1987) nuomone, per kūno kultūros pamokas skiriama nepakankamai dėmesio rankų koordinacijai lavinti, dėl to sunku išmokyti taisyklingai atlikti įvairius žaidimų technikos elementus. Tam labiausiai tinka pratimai su įvairaus dydžio kamuoliais. Pogarelova (Погарелова, 1989) moksleivių koordinacinius gebėjimus per įvairias pamokas lavino estafetėmis. Estafetės buvo bėgamos 3–4 min, kartais 5–7 min, kliūčių skaičius buvo nuo 3–5 iki 4–8. Žemesnių klasių mokiniai estafetes per vieną pamoką bėgo 1–2 kartus, vyresnių – 3–4 kartus.

Kaplinskis (Каплинский, 1990) 7–9 klasių mokinių koordinacinius gebėjimus per kūno kultūros pamokas siūlo lavinti šiais pratimais: ėjimą derinti su rankų ir kojų judesiais; atlikti bėgimo ir šuoliukų derinius suplojant rankomis prieš krūtinę ir už nugaros; šuolis su posūkiomis aplink, atgal; kamuolio metimus iš įvairių pradinių padėčių. Bogdanovas (Богданов, 1992) paauglių koordinaciniams gebė-

jimams lavinti rekomenduoja taikyti tokias pratimų formas: gimnastikos pratimus keičiant kūno padėtį, fiksuojant galutines kūno dalių padėtis, kliūčių ruožus, pusiausvyros pratimus, įvairias dvikovas, žongliravimą su daiktais, akrobatikos pratimus, komandinius žaidimų pratimus, judriuosius žaidimus su kamuoliais, sportinius žaidimus.

Mūsų pedagoginio eksperimento metu koordinaciniams gebėjimams lavinti taikyti imitaciniai tinklinio pratimai, pratimai su kamuoliais. Kadangi atliekant visuotinio poveikio pratimus dažnai per daug pavargstama, reikia ilgai ilsėtis, o per pamokas geriau šio dalyko vengti (Blauzdys, 1989), į kompleksus parinkta daugiau dalinio ir vietinio poveikio pratimų. Sudarant kompleksus vadovautasi ir kitomis Blauzdžio (1989) rekomenduojamomis fizinių pratimų kompleksų sudarymo nuostatomis: į pratimų kompleksus įtraukti kaklo, nugaros, krūtinės raumenų ir pilvo preso stiprinimo pratimai; pratimų komplekse nemažai įdomių, emocingų ir naujų judesių.

Mūsų tyrimas rėmėsi Liacho (Лях, 2006) teiginiu, kad 7–12 metų laikotarpis, kaip pats optimaliausias laikotarpis koordinacijos gebėjimams lavinti, yra dirbtinė nuomonė. Kuznecova (1975) yra įrodžiusi, kad pedagoginio proceso poveikis tuo didesnis, kuo spartesni natūralūs judesių vystymosi tempai. Ji teigia, kad geriausi judesių lavinimo laikotarpiai yra nuo 7 iki 11–12 metų. Liacho (Лях, 2006) tyrimai tą patvirtino tik iš dalies. Jis pastebi, kad nors natūralus koordinacinių gebėjimų vystymosi procesas vyksta lėtai, bet taikant įvairius pratimus pasiekiami gerų rezultatų. Ir atvirkščiai, šių gebėjimų vystymasis gali vykti normaliai, o kryptingos treniruotės daro mažą poveikį. Ši reiškinį Liachas aiškina vadinosios antrosios palankios koordinacinių gebėjimų vystymosi fazės (mergaitėms – po 13–14, berniukams – po 15 metų) nebuvimu. Tai gali būti dėl to, kad koordinaciniai gebėjimai nebuvo lavinami jaunesniame ir vidutiniame mokykliniame amžiuje. Tyrėjo nuomone, vidutinis ir vyresnysis mokyklinis amžius yra palankus laikotarpis koordinaciniams gebėjimams lavinti. Lavinant koordinacinius gebėjimus, labai svarbu atsižvelgti į ugdytinio lyties, amžiaus, fizinio ir psichinio formavimosi ypatumus. Per pamokas, Liacho teigimu, mokytojas turi iš anksto parinkti specialius pratimus pusiausvyrai išlaikyti, judesių koordinacijai lavinti.

Taigi mūsų gauti tyrimo rezultatai Liacho (Лях, 2006) teiginį patvirtina iš dalies: visi tiriamųjų mergaičių koordinacinių gebėjimų rodikliai pagerėjo, tačiau tik vienas statistiškai reikšmingai.

## Išvados

1. Eksperimentinės grupės koordinaciniai gebėjimai pedagoginio eksperimento pabaigoje turėjo tendenciją gerėti, tačiau tik pusiausvyros (flamingo testo) rodikliai pagerėjo statistiškai reikšmingai ( $p < 0,01$ ). Tyrimo pabaigoje, palyginus eksperimentinės grupės, kuri dirbo pagal mūsų parengtą programą ir lavino fizines ypatybes tinklinio pratimais, ir kontrolinės grupės, kuri lavino fizines ypatybes bendrojo lavinimo pratimais, testavimo rezultatus, statistiškai patikimai skyrėsi tik flamingo testo rezultatai ( $p < 0,025$ ). Visi kiti koordinacinius gebėjimus įvertinantys testų rodikliai turėjo tendenciją gerėti, tačiau skirtumai statistiškai nereikšmingi.

2. Tyrimo pabaigoje paaiškėjo, kad mūsų sudaryta programa mergaičių koordinacinių gebėjimų kaitai turėjo nedidelį poveikį, nors pastebima rezultatų didėjimo tendencija. Manome, kad poveikis būtų buvęs didesnis, jei šie pratimai būtų taikyti ilgesnį laiką, nes tiriamųjų amžius (14–15 metų) palankus koordinaciniams gebėjimas lavinti. Iš tyrimo rezultatų matyti, kad tris mėnesius taikyti tinklinio pratimų kompleksai turėjo poveikį tik mergaičių pusiausvyros kaitai (testo rodiklių kaita statistiškai reikšminga).

## LITERATŪRA

- Arndt, H. (1982). Interessante Übungen mit dem Ball zur Ausprägung und Vervollkommung koordinativer Fähigkeiten. *Körpererziehung*, 11, 529–532.
- Blauzdys, V. (1989). *Fizinių pratimų kompleksai V–XII klasei*. Kaunas: Šviesa.
- Hirtz, P. (1985). *Koordinative Fähigkeiten im schulsport*. Berlin.
- Katinas, M. (2010). Nestandartinio dydžio kamuolių panaudojimas ugdant 10–11 metų futbolininkų specifinius koordinacinius gebėjimus. *Sporto mokslas*, 4(62), 15–20.
- Katinas, M., Vilkas, A. (2002). 12–13 metų mergaičių koordinacinių gebėjimų lavinimo priemonių poveikis per kūno kultūros pamokas. *Sporto mokslas*, 6(28), 48–52.
- Kviklienė, R., Vilkas, A. (2001). Aštuntos klasės mergaičių koordinacinių gebėjimų lavinimo ypatumai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4, 50–54.
- Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrosios programos. Prieiga per internetą: <http://www.smm.lt/ugdymas/bendrasis/index.htm>. Žiūrėta 2011-06-28.
- Volbekienė, V. (Reng.) (1993). *Eurofitas. Fizinio pajėgumo testai, metodika, Lietuvos moksleivių fizinio pajėgumo rezultatai*. Vilnius: Mintis.
- Богданов, Г. (1992). Качественно-количественные показатели и динамика развития моторики детей школьного возраста. *Биологическое обеспечение процесса обучения и воспитания учащих: тезисы научно-практической конференции* (с. 124). Коломна.
- Каплинский, В. (1990). Развитие КС при освоении программы лыжной подготовки. *Физкультура в школе*, 10, 13–19.
- Копилов, Ю. (1987). Развивать координацию работы рук (на уроках физкультуры). *Физкультура в школе*, 10, 51.
- Кузнецова, З. И. (1975). Критические периоды развития двигательных качеств школьников. *Физическая культура в школе*, 1, 7–9.
- Лях, В. И. (2006). *Координационные способности: диагностика и развитие*. Москва: ТВТ Дивизион.
- Погарелова, И. (1989). *Формирование у учащихся 5-7 классов умение выполнять двигательные действия в нестандартных условиях (рукопись): дисертация на соиск. уч. ст. канд. пед. наук* (с. 137). Москва.
- Фурманов, А. Г. (2007). *Подготовка волейболистов*. Минск: Тесей.

## 14-15-YEAR-OLD GIRLS' COORDINATION SKILLS TRAINING THROUGH VOLLEYBALL EXERCISES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

*Assoc. Prof. Dr. Renata Kviklienė, Ana Buiko  
Lithuanian University of Educational Sciences*

### SUMMARY

Looking for new opportunities of variety in physical education classes, for our research we have chosen different but, in our opinion, equivalent means what concerns education: volleyball exercises and exercises of general education for developing girls' coordination skills. These means were a key factor in differentiating work of our research groups. The aim of research is to analyze the changes of coordination skills of 14-15 year-old girls' caused by education through volleyball exercises during physical education lessons. The study was conducted in a gymnasium in Vilnius in 2010-2011 school years. The study included general medical groups, 14-15 year old female students (n=42), who

do not do sports. In a convenient way there were two groups formed: the experimental group (E) (n=21) did volleyball set of exercises (suggested by authors) for 16-18 minutes in the main part of physical education lesson, and the control group (K) (n=21) during the main part of physical education lesson did general PE set of exercises for 16-18 minutes. The educational experiment lasted for three months. The level of coordination skills was assessed at the beginning and the end of the experiment. To determine the level of students' co-ordination skills the following tests were used: *Flamingo balance*, *10x5 m shuttle run* (Eurofit, 1993), *Three rolls forward*, *Backwards Long jump*

from the local (Liach, 2006). At the beginning of the research, co-ordination skills of the control and experimental groups were similar. At the end of the experiment co-ordination skills of the experimental group had a tendency to improve, though only the balance indicators (flamingo test) improved statistically significantly ( $p < 0.01$ ). It should also be noted that at the end of the educational experiment (having compared the results to the experimental group and to those of the control group), the results showed a statistically significant difference only comparing the flamingo test's results ( $p < 0.025$ ). At the end of the experiment all indicators of the girls in

co-ordination skills test performance have improved, but the one was statistically significant. The research results showed that the complex of the three-month volleyball exercises affected only the change of girls' balance skills (test parameters change was statistically significant). At the end of the study it was found out, that our program for improving girls' coordination had a minor effect, although there was observed the tendency of improving results. We believe that the impact would be greater if these exercises were applied for a longer period of time.

**Keywords:** volleyball exercises, co-ordination skills, physical education lessons.

Renata Kviklienė  
Lietuvos edukologijos universiteto  
Sporto ir sveikatos fakulteto Kūno kultūros teorijos katedra  
Studentų g. 39, LT-2034 Vilnius  
Tel. +370 5 275 2225  
El. paštas: renata.kvikliene@vpu.lt

Gauta 2012 03 03  
Patvirtinta 2012 06 11

## Resilience, mental disorders and physical activities – are they connected?

*Rima Viliūnienė<sup>1</sup>, Jan Hilbig<sup>1</sup>, Assoc. Prof. Dr. Ramunė Žilinskienė<sup>2</sup>, Viktorija Šapurova<sup>1</sup>,  
Teresė Gritėnienė, Prof. Dr. Vita Danilevičiūtė<sup>1</sup>*  
*Clinic of Psychiatry of Medical Faculty of Vilnius University<sup>1</sup>,  
Health and Sport Centre of Vilnius University<sup>2</sup>*

### Summary

*Physical activity has been consistently shown to be associated with improved physical health, life satisfaction, cognitive functioning and psychological well-being. Physically active people have less complaints on bad mood, anxiety, emotional stress symptoms, depression and have higher self-confidence.*

*Resilience, as an ability to withstand and rebound from crisis and adversity, has become a conceptual umbrella for protective factors and processes involved in preservation of mental health despite the exposure to adversity that significantly increases the probability for psychopathology. A plethora of protective factors has been identified. These factors have generally been divided into three overarching categories of 1) personal dispositions, 2) family cohesion and 3) external social support from outside the family. The aim of this study was to analyze the impact physical activity has on resilience to mental disorders as well as symptoms of depression and anxiety. Two questionnaires were used: 1. Resilience Scale for Adults (RSA), which consisted of the 6 factors: (1) Perception of self, (2) Planned future, (3) Social competence, (4) Structured style, (5) Family cohesion and (6) Social resources. 2. Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) is a self-assessment screening questionnaire and provides information on the potential presence as well as the severity of anxiety and/or depression disorders. Two groups of female students were tested twice using RSA and HADS scales. The main group consisted of 75 female students (age 19-24) attending fitness aerobics workouts (2 months, 2 times per week for 1 hour). In order to determine possible changes 37 participants were retested. 28 female students serving as a control group (not engaged in regular aerobics) were tested twice with an interval of 2 months. In the main group the overall mean score of RSA increased (180.35 to 185.35 ( $p = 0.061$ )). The overall mean as well as separate anxiety and depression scores of the HADS measure decreased. A tendency opposite to changes in the aerobic group was observed in the control group. The overall mean score of RSA decreased (185.17 to 182.88 ( $p = 0.342$ )). Decrease in resilience scores was led by an increase in the overall mean and separate anxiety and depression scores of the HADS measure. Results observed suggest regular physical activity to have a positive effect on resilience lead by a decrease in depression and anxiety symptoms.*

**Keywords:** regular physical activity, resilience, depression, anxiety.

## Introduction

The interrelation of *physical activity* and mental health may be explained via different biochemical, physiological and psychosocial mechanisms. Physical activity has been consistently shown to be associated with improved physical health, life satisfaction, cognitive functioning, and psychological well-being.

Physically active people have less complaints on bad mood, anxiety, emotional stress symptoms, depression, and report higher self-confidence (Camacho et al, 1991; Iwasaki, Zuzanek, Mannell, 2001). Physical activity has preventive as well as therapeutic effect in treatment of mental disorders.

Positive effect of physical activity on overall mental health levels is quite well studied. Physically active people have less complaints on anxiety and emotional stress symptoms compared with physically passive people (Iwasaki, Zuzanek, Mannell, 2001). Expression of anxiety symptoms in female students attending aerobics was statistically significantly lower comparing to a non-sporting sample (Sendžikaitė, 2009). Exercise compares favourably to antidepressant medications as a first-line treatment for mild to moderate depression and has also been shown to improve depressive symptoms when used as an adjunct to medications. While not as extensively studied, exercise has been shown to be an effective and cost-efficient treatment alternative for a variety of anxiety disorders (Carek, Laibstain, Carek, 2011). Anxiety symptoms and panic disorder also improve with regular exercise, and beneficial effects appear to equal meditation or relaxation. In general, acute anxiety responds better to exercise than chronic anxiety (Paluska, Schwenk, 2000). Thus physical activity may play an important role in the management of mild-to-moderate mental health diseases, especially depression and anxiety. Although, the evidence for positive effects is growing, the clinical use, at least as an adjunct to established treatment approaches like psychotherapy or pharmacotherapy, is still at the beginning (Strohle, 2009).

A large body of research has indicated that stressful life events increase the probability of psychiatric symptoms and disorders (Hjemdal, O., Friberg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H. & Martinussen, M., 2006).

*Resilience*, as an ability to withstand and rebound from crisis and adversity, is becoming an increasingly popular concept in research on improvement and preservation of mental health. The growing

concentration on resilience and well-being in health promotion represents a more integrative approach to treatment and prevention as it balances the emphasis on pathology and vulnerability with a focus on protective mechanisms and positive adaptation (Jowkar, B., Friberg, O. & Hjemdal, O., 2010). Resilience typically refers to the tendency to spring back, rebound or recoil (Garmezy, 1991). It is construed as preservation of good functioning and outcome despite exposure to serious trauma or long-term adversity, but also as a precursor process that makes successful adaptation and maintenance of competence possible (Masten, Best & Garmezy, 1990).

Resilience is not merely passive adaptation to a stressor, a life-threatening challenge or a traumatic incidence (Bonanno, 2004). Resilient individuals have learned to use skills and resources they have available to their best, and are active participants in creating their own environment.

To include the predictive perspective and facilitate research on these processes, resilience may alternatively be defined as the protective factors, processes and mechanisms that contribute to a good outcome despite experiences with stressors shown to carry significant risks for developing psychopathology (Hjemdal, O., Friberg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H. & Martinussen, M., 2006).

Resilience has become a conceptual umbrella for protective factors and processes involved in preservation of mental health despite the exposure to adversity that significantly increases the probability for psychopathology (Hjemdal, O., 2009). Resilience research has identified a plethora of factors that conserve mental health despite exposure to health hazards or psychosocial adversity (Hjemdal, O., Friberg, O., 2011). These factors have generally been divided into three overarching categories of 1) personal dispositions, 2) family cohesion and 3) external social support from outside the family (Werner & Smith, 1992).

Psychological treatment often aims at increasing person's ability to resist stressful life events or alter ways of coping with difficult circumstances.

Mandelco and Perry (2009) refer to physical health as an internal factor that effects the level of personal resilience. Although the relationship between physical activity and resilience has been confirmed on a theoretical level, there is not enough empirical data verifying it.

Thus what is the relation between physical activity and resilience as an essential factor of overall well-being?

**The aim of this study** was to determine

- whether physical activity influences resilience and how resilience develops in a exercising and non-exercising sample
- whether physical activity influences symptoms of depression and anxiety and how the expression of symptoms develops in a exercising and non-exercising sample

## Methods

A study analysing the impact of physical activity on resilience to mental disorders as well as symptoms of depression and anxiety was conducted in the Health and Sport Centre of Vilnius University and the Clinic of Psychiatry of Medical Faculty of Vilnius University in years 2011 - 2012.

Two questionnaires were used in this study:

*The Resilience Scale for Adults (RSA)* applies a seven point semantic differential scale in which each item has a positive and a negative attribute at each end of the scale continuum. Scores vary between 33 and 231, with higher scores indicating higher levels of resilience. The six-factor solution consists of the factors (1) Perception of self, (2) Planned future, (3) Social competence, (4) Structured style, (5) Family cohesion and (6) Social resources (Friborg et al., 2003).

*The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)* is a self-assessment screening questionnaire. The scoring provides information on the potential presence as well as the severity of anxiety and/or depression disorders. The HADS is a 14 item scale, 7 of the items relate to anxiety and 7 relate to depression. Scores range from 0 to 42 with higher scores indicating the presence of stronger symptoms.

At the beginning of research, a pilot study (15 participants, test – retest) was conducted to find out if the regular physical activity of moderate intensity (fitness aerobics 2 times per week lasting 1 hour each) has an impact on resilience as well as symptoms of depression and anxiety. It appeared that overall resilience expressed by RSA increased while respondents were engaged in regular physical activity. During the same period symptoms of depression and anxiety seem to have decreased, although score changes were not statistically significant.

Considering results of this pilot study research was continued and developed, increasing sample size and including a (non-sporting) control group. The data were collected in March and May 2012.

Seventy-five female students (age 19-24) attending fitness aerobics workouts (held two times per week, lasting 1 hour each) were tested using RSA and HADS (**main group**, PRE). Thirty-seven participants were retested after a period of two months (POST) to determine possible changes. As a **control group** 28 female students were tested twice with an interval of 2 months (PRE, after two months - POST) during which they did not engage in regular aerobic exercise. Test and retest mean scores of both measures including separate domains were calculated and compared using t-test for paired samples in both groups. Parameters of internal reliability and correlation parameters between the two surveys were then calculated for RSA.

## Results

In the **main group** (Tab. 1) the overall mean score of RSA increased from 180.35 to 185.35 ( $p=0.061$ ). Scores increased in all domains with those of social competence (from 31.43 to 33.34 ( $p=0.019$ )) and planned future (from 19.94 to 20.83 ( $p=0.337$ )) domains increasing most clearly. A tendency opposite to changes in the aerobic group was observed in the **control group** (Tab. 2). The overall mean score of RSA decreased from 185.17 to 182.88 ( $p=0.342$ ). Scores slightly decreased in almost all domains, most clearly those of family cohesion (from 33.00 to 32.38 ( $p=0.471$ )) and perception of self (from 32.96 to 32.38 ( $p=0.562$ )).

Table 1

**Main group: changes of RSA mean scores**

	Mean	p
Sum RSA PRE	180.35	
Sum RSA POST	185.35	<0.06
Perception_of_self PRE	31.67	
Perception_of_self POST	31.86	<0.82
Planned_future PRE	19.94	
Planned_future POST	20.83	<0.34
Social_competence PRE	31.43	
Social_competence POST	33.34	<0.91
Family_cohesion PRE	34.46	
Family_cohesion POST	34.77	<0.67
Social_resources PRE	43.60	
Social_resources POST	44.29	<0.38
Structured_style PRE	20.03	
Structured_style POST	20.36	<0.54

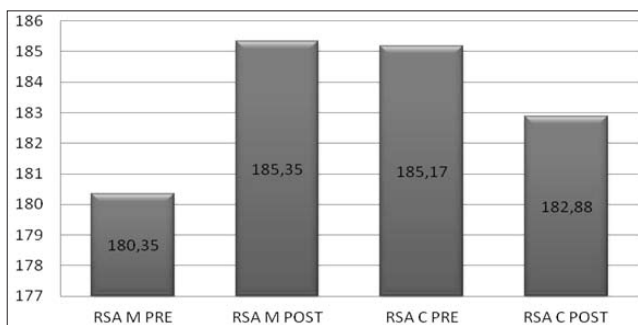
In the **main group** the overall mean as well as separate anxiety and depression scores of the HADS measure decreased (Tab. 3). The overall mean fell from 9.32 to 8.30 ( $p=0.155$ ), means for depression subscale from 2.84 to 2.19 ( $p=0.154$ ) and anxiety subscale from 6.49 to 6.11 ( $p=0.446$ ).



Table 2

**Control group: changes of RSA mean scores**

	Mean	P
Sum RSA PRE	185.17	
Sum RSA POST	182.88	<0.34
Perception_of_self PRE	32.96	
Perception_of_self POST	32.38	<0.56
Planned future PRE	22.88	
Planned future POST	22.33	<0.49
Social competence PRE	32.96	
Social competence POST	33.29	<0.71
Family cohesion PRE	33.00	
Family cohesion POST	32.38	<0.47
Social resources PRE	43.29	
Social resources POST	43.63	<0.66
Structured_style PRE	20.08	
Structured_style POST	18.88	<0.11

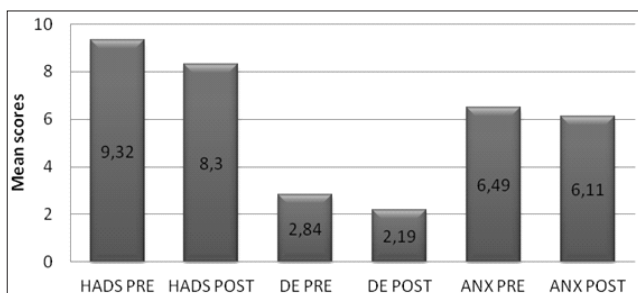


**Fig. 1.** Resilience mean scores, main and control groups. RSA – resilience scores; M – main group, C – control group; PRE – I test; POST – after two months.

Table 3

**Main group: changes of HADS mean scores**

	Mean	P
HADS_sum PRE	9.32	
HADS_sum POST	8.30	<0.16
HADS_Depression PRE	2.84	
HADS_Depression POST	2.19	<0.15
HADS_anxiety PRE	6.49	
HADS_anxiety POST	6.11	<0.45



**Fig. 2.** Mean scores of HADS, Depression and Anxiety, main group. HADS – Hospital Anxiety Depression Scale, mean scores; DE – Depression mean scores; ANX – anxiety mean scores; PRE – I test; POST – after 2 months.

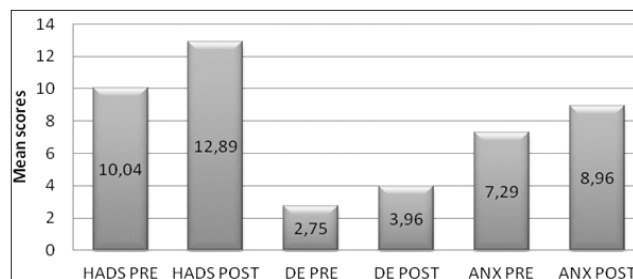
A tendency opposite to changes in the main group was observed in the **control** group. Decrease in resilience scores was led by an increase in the overall mean as well separate anxiety and depression

scores of the HADS measure (Tab. 4). The overall mean fell from 10.04 to 12.89 ( $p=0.006$ ), mean for depression subscale from 2.75 to 3.96 ( $p=0.047$ ), that of anxiety subscale from 7.29 to 8.96 ( $p=0.005$ ).

Table 4

**Control group: changes of HADS mean scores**

	Mean	P
HADS_sum PRE	10.04	
HADS_sum POST	12.89	<0.01
HADS_Depression PRE	2.75	
HADS_Depression POST	3.96	<0.05
HADS_anxiety PRE	7.29	
HADS_anxiety POST	8.96	<0.01



**Fig. 3.** Mean scores of HADS, Depression and Anxiety, control group. HADS – Hospital Anxiety Depression Scale, mean scores; DE – Depression mean scores; ANX – anxiety mean scores; PRE – I test; POST – after 2 months.

**Discussion**

It appears that regular physical activity increases an individual’s ability to withstand development of symptoms of mental disorders. Although results were not statistically significant, differences between physically active and less active students emerged consistently in all measured parameters. These findings correspond to data from other authors such as Krogh et al. (2010), Camacho et al. (1991) and Iwasaki, Zuzanek and Mannell (2001) showing that physically active people have less complaints on anxiety and emotional stress symptoms, comparing to physically passive people. On the one hand results should be considered carefully since aside from physical activity no other varying factors were controlled during the trial. Yet the findings of this study are consistent with results of Jowkar and Akbari (2009), pointing out that physical exercise can be regarded as a good protective factor when faced with threatening events.

With scores increasing most clearly in the domains of social competence and planned future physical activity seems to positively influence both core areas of resilience. In previous research by Hjemdahl et al. (2006) low levels of social

competence and a pessimistic view of the future were shown to be predictors for the development of psychiatric illness when faced with stressful life-events. Changes in these individual characteristics of respondents seem most likely to appear under the influence of interventions such as aerobics targeting separate individuals rather than their relationships. As could be expected, domains referring to family and broader social environment proved to be less susceptible to individual physical activity. Increased social competence implies an improved potential for positive changes to follow later on in these areas.

Improved physical health would probably lead to a more optimistic perception of both present and future. Although one would expect levels of self esteem to increase during several weeks of regular work-outs, measured perception of self was rather stable among respondents.

A large body of research has indicated that stressful life events increase the probability of psychiatric symptoms and disorders (Hjemdal, O., Friberg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H. & Martinussen, M., 2006). At the time of the first survey students were just starting a new semester after exams and vacations. The second survey was held right before an intense period of exams suggesting an increase of stressful life events. These broader circumstances might explain negative tendencies observed in the control group. Stressful life events to a certain extent might also have impeded growth of resilience factors in the aerobics group. While perception of self worsened in the control group it even slightly improved in this sample, possibly benefiting from physical activity.

## Conclusions

– Different dynamics of both RSA and HADS mean scores were observed in exercising and non-exercising samples.

– Resilience scores of the exercising group increased while HADS scores decreased.

– During the same interval resilience scores of the non-exercising group decreased while HADS scores increased.

– It appears that regular physical activity increases an individual's ability to withstand development of symptoms of mental disorders.

Based on these encouraging findings regular physical activity would deserve to be promoted as an integrated part of measures aiming to prevent and reduce mental disorders. Further research is needed

to determine most suitable intensity, duration and character of such physical exercise best improving levels of resilience.

## REFERENCES

1. Bonanno, A. G., (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, 59, 20–28.
2. Bouchard, C., Blair, S., Haskell W. (2007). *Physical Activity and Health*. Human Kinetics, Champaign, IL.
3. Carek, P., Laibstein S., Carek S. (2011). Exercise for the treatment of depression and anxiety. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 41(1), 15–28.
4. Friberg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12, 65–76.
5. Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20, 459–466.
6. Hjemdal, O. (2009). Resilience and common factors in psychotherapy: how can they be a guide for the development of coping and mental health. *Advances in Psychology Research*, volum 63. Nova Science Publishers, Inc. CHAPTER 3, 69–89.
7. Hjemdal, O., Friberg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H. & Martinussen, M. (2006). Resilience predicting psychiatric symptoms: A prospective study of protective factors and their role in adjustment to stressful life events. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 194–201.
8. Iwasaki, Y., Zuzanek, J., Mannell, R., (2001). The effects of physically active leisure on stress-health relationships. *Canadian Journal of Public Health*, 92, 214–218.
9. Jowkar, B., Akbari, A. (2009). The effect of exercise on resilience in football and karate. *World Journal of Sport Sciences* 2(2), 112–114.
10. Jowkar, B., Friberg, O. & Hjemdal, O. (2010). Cross-cultural validation of the Resilience Scale for Adults (RSA) in Iran. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 418–425.
11. Krogh, J., Nordentoft, M., Sterne, J., Lawlor, D. The effect of exercise in clinically depressed adults: systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 72(4), 529–538.
12. Masten, A. S., Best, K. & Garnezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425–444.
13. Mondlesco, A., Perry, C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Psychiatry Nursing*, 13(3), 99–111.
14. Paluska, S. A., Schwenk T. L. (2000). Physical activity and mental health: current concepts. *Sports Medicine*, 29(3), 167–180.
15. Saudargienė, S. (2009). Fizinės mankštos poveikis gydančiam sergančiuosius sunkia depresija (Daktaro disertacija, KMU).
16. Sendžikaitė, E. (2009). Studenčių, lankančių aerobikos pratybas, širdies ir kraujagyslių sistemos bei nerimo ir depresijos simptomų įvertinimas (daktaro disertacija, KMU).



17. Strohle, A., (2009). Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. *Journal of Neural Transmission*, 116(6), 777-784.
18. Werner, E. & Smith, R. (1992). *Overcoming Odds: High Risk Children from Birth to Adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
19. Werner, E.E. (1993). Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503–515.
20. World Health Organization. The world health report 2002: reducing risk, promoting healthy life. Geneva: WHO, 2002.

## ATSPARUMAS, PSICHIKOS SUTRIKIMAI IR FIZINIS AKTYVUMAS – KAIP JIE SUSIJĘ?

**Rima Viliūnienė<sup>1</sup>, Jan Hilbig<sup>1</sup>, doc. dr. Ramunė Žilinskienė<sup>2</sup>, Viktorija Šapurova<sup>1</sup>,  
Teresė Gritėnienė, prof. dr. Vita Danilevičiūtė<sup>1</sup>**

*Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Psichiatrijos klinika<sup>1</sup>,  
Vilniaus universiteto Sveikatos ir sporto centras<sup>2</sup>*

### SANTRAUKA

Fizinis aktyvumas siejamas su geresne fizine sveikata, pasitenkinimu savo gyvenimu, psichologine gerove. Fiziškai aktyvūs žmonės rečiau skundžiasi bloga nuotaika, nerimastingumu, emocinio streso simptomais, depresija, jiems būdingas didesnis pasitikėjimas savimi. Atsparumas – kaip gebėjimas atsilaikyti prieš krizę ir nelaimę, atsitiesti po jų – pastaruoju metu tapo koncepcija, vienijančia apsauginius veiksnius ir procesus, padedančius išsaugoti psichinę sveikatą nepaisant nepalankių veiksnių, smarkiai didinančių psichopatologijos tikimybę. Yra nemažai apsauginių veiksnių, kurie bendrai skirstomi į tris tarpusavyje susijusias kategorijas: 1) asmens psichologiniai ypatumai; 2) šeimos palaikymas ir sutelktumas; 3) išorinės paramos struktūros. Šio tyrimo tikslas buvo ištirti fizinio aktyvumo poveikį atsparumui bei depresijos ir nerimo simptomams. Naudoti du klausimynai: pirmasis – Atsparumo skalė suaugusiesiems (RSA, *Resilience Scale for Adults*), joje buvo išskirti šeši veiksniai: 1) savęs suvokimas, 2) ateities planavimas, 3) socialinė kompetencija, 4) struktūravimo stilius, 5) šeimos palaikymas ir sutelktumas, 6) socialiniai ištekliai; antrasis – Hospitalinė nerimo ir depresijos skalė (HADS, *Hospital Anxiety and Depression Scale*) – savęs įvertinimo klausimynas, kuriuo gaunama informacija apie

potencialų nerimo ir / arba depresijos simptomų buvimą ir jų stiprumą.

Tyrimo dalyvavo dvi merginų studentų grupės, kurios du kartus buvo ištirtos naudojant RSA ir HADS skales. Pagrindinę tiriamųjų grupę sudarė 75 studentės (19–24 metų amžiaus), jos du mėnesius du kartus per savaitę lankė aerobikos pratybas. Siekiant įvertinti galimus pokyčius, 37 dalyvės buvo testuotos dar kartą. Kontrolinę grupę sudarė 28 studentės (reguliariai nesportuojančios, aerobikos nelankančios), jos buvo testuotos du kartus dviejų mėnesių intervalu. Pagrindinės grupės bendrasis RSA įverčių vidurkis išaugo nuo 180,35 iki 185,35 ( $p = 0,061$ ), HADS anketos bendrasis vidurkis, taip pat ir atskiri nerimo bei depresijos įverčiai sumažėjo. Priešingos tendencijos pastebėtos kontrolinės grupės abiejų klausimynų rodiklių. Bendrasis RSA įverčio vidurkis sumažėjo nuo 185,17 iki 182,88 ( $p = 0,342$ ), o HADS anketos bendrasis vidurkis, taip pat ir atskiri nerimo bei depresijos įverčiai išaugo. Gautieji tyrimo rezultatai leidžia teigti, kad fizinis aktyvumas turi teigiamą poveikį atsparumui, taip pat daro įtaką ir depresijos bei nerimo simptomų mažėjimui.

*Raktažodžiai:* reguliari fizinė veikla, atsparumas, depresija, nerimas.

Rima Viliūnienė  
Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Psichiatrijos klinika  
Vasaros g. 5, LT-10309 Vilnius  
Tel. +370 698 18 961  
El. paštas: rima.viliuniene@mf.vu.lt

## KRONIKA CHRONICLE

### Tarptautinei olimpinei akademijai – 50 metų

Šių metų gegužės 24–31 d. vyko Tarptautinės olimpinės akademijos (TOA) sesija, skirta nacionalinių olimpinių akademijų prezidentams ir direktoriams. Šioje sesijoje dalyvavo apie 180 olimpinių akademijų atstovų iš 87 šalių, tarp jų ir Lietuvos olimpinės akademijos prezidentas Povilas Karoblis ir šio straipsnio autorė Eglė Kemerytė-Riaubienė. Ši sesija buvo skirta kultūros vaidmeniui olimpiniam sąjūdyje aptarti.

TOA prezidentas Isidoros Kouvelos savo įžanginėje kalboje pažymėjo, kad per 50 pastarųjų metų labai daug jaunų žmonių, sporto darbuotojų ir mokslininkų, lankėsi ir dirbo TOA patalpose senojoje Olimpijoje, įkvėpti ten esančios magiškos aplinkos, olimpizmo vertybių ir principų. Iš viso per šiuos metus įvairiose TOA organizuojamose sesijose ir kongresuose apsilankė apie 80000 žmonių. Visi šie olimpinės šeimos nariai turėjo galimybę išklausti apie 500 įvairių universitetų profesorių ir olimpinio švietimo specialistų pranešimų. Taip pat prezidentas pasidžiaugė jau įsibėgėjusia 2 metų trukmės tarptautine Olimpinių studijų magistro programa (kartu su Peloponeso universitetu ir I. Latsis fondu).

Po įžanginės kalbos paskaitas sesijoje skaitė profesoriai iš Vokietijos ir Graikijos. Prof. N. Miuleris (Vokietija) pateikė savo idealistines ir kritines mintis prieš 2012 m. Londono olimpinės žaidynes apie sąlygas, kuriose ugdomas ir kuriamas „olimpinis žmogus“. Jo nuomone, nors dažnai didžiajame sporte pamištamos olimpinės vertybės ir principai, tačiau jis tikisi, kad Londono žaidynėse bus pasiūsta teisinga žinia žmonėms, ypač tiems, kurie žiūrės varžybas, kad olimpinių žaidynių paskirtis – ne tik varžybos, tai vieta, kur turi būti skleidžiamos ir įgyvendinamos olimpinės vertybės ir principai – garbingas žaidimas, tolerancija, pagarba žmogaus teisėms ir kt.

Dr. I. Karamanou (Graikija) perkėlė mus į Antikos laikus, kuriuose sportas ir teatras buvo neatskiriami. Antikinio teatro dramų ir komedijų analizavimas leidžia mums istoriškai išsiaiškinti, kokios rungtys vykdavo tais laikais, kaip būdavo apdovanojami laimėtojai ir t. t.

Dr. Ch. Wackeris (Vokietija) aptarė olimpinių muziejų įtaką kultūrai ir švietimui. Olimpiniuose ir sporto muziejuose organizuojamos parodos ir surinkti eksponatai, jų istorijos turi labai didelį pozityvų poveikį žmonėms, ypač jaunajai kartai, ir turėtų būti naudojamas kaip viena pagrindinių priemonių olimpiniam švietimui skleisti.

Dr. P. Kovaras (Vokietija) pasidalijo mintimis apie tai, kaip olimpinės vertybės perduoti jaunajai kartai per kasdie-

nę jų veiklą, kad tai padėtų jaunimui geriau save išreikšti ir pakeltų jų savivertę.

Po plenarinių paskaitų sesijos dalyviai buvo suskirstyti į grupes, kuriose vyko diskusijos. Vienos iš grupių koordinatore buvo ir straipsnio autorė. Pagrindinė diskusijų tema – kultūros įtaka olimpinių idėjų skleidimui. Diskusijų metu buvo ieškoma būdų, kaip integruoti kultūros programas į sporto renginius, kokius siūlymus teikti TOA atsižvelgiant į kiekvienos šalies patirtį, žinias ir tradicijas, papročius.

Vienas iš svarbių klausimų buvo, kaip įtraukti trenerių ir sportininkų į olimpinio švietimo ir kultūros programas. Šiai problemai spręsti buvo siūloma įvairiais būdais skatinti nacionalines sporto federacijas įtraukti olimpinio švietimo ir kultūros programas į jų įprastines programas ir veiklą. Sportininkai, ypač jaunieji sportininkai ir jų treneriai, turėtų aktyviai dalyvauti olimpiniam švietime, susipažinti su olimpiniais principais ir vertybėmis, stengtis juos įgyvendinti sportinėje veikloje.

Taip pat buvo siūloma organizuoti renginius ir ceremonijas, skatinančius olimpinių vertybių sklaidą, pvz., naujų sportininkų pristatymas, padėkos ceremonijos po varžybų, metų pabaigoje organizuojamas pokylis. Buvo siūloma švietimo ir kultūros programas taikyti kuo jaunesniame amžiuje, pradėti nuo darželinukų ir įtraukti tėvus. Siekiant išlaikyti pusiausvyrą tarp sporto ir kultūros programų siūlyta naudoti įvairias žiniasklaidos priemones kaip informacijos sklaidos vektorius. Informacinės technologijos yra labai patrauklios jauniems žmonėms ir lengvai visiems prieinamos (pvz., kompiuteriniai žaidimai, socialiniai tinklai ir t. t.).

Tarptautinio olimpinio komiteto prezidentas dr. Jacques Rogge sakė: „Sportas mums gali padėti išmokyti jaunus žmones tradicinių ir žmogiškųjų vertybių, kurios yra labai svarbios ne tik formuojant jų charakterius, bet taip pat skleidžiant olimpizmo idėjas ir vertybes bendruomenėse, kuriose jie gyvena.“

Baronas Pierre de Coubertinas rašė: „Mūsų civilizacijos ateitis neapsiriboja politiniais ar ekonominiais pagrindais. Tai priklauso nuo pasirinktos švietimo krypties.“ Vadovaudamasi šia nuostata, Tarptautinė olimpinė akademija toliau tęsia savo darbą plėtodama olimpinį švietimą dėl geresnio rytojaus.

*Doc. dr. Eglė Kemerytė-Riaubienė  
Lietuvos olimpinė akademija  
Lietuvos edukologijos universitetas*

## Mintys apie V Baltijos šalių sporto mokslo konferenciją „Sporto mokslo dabartis ir naujos idėjos“

Olimpinio sąjūdžio kulminacija yra olimpinės žaidynės (OŽ), todėl artėjant Londono OŽ atidarymui prisimename, kad Lietuvos sportininkų pasirodymas Pekine buvo sėkmingas. Pagal iškovotų medalių skaičių Lietuva buvo 38 vietoje, pagal medalių skaičių vienam gyventojui – 15-oje. Remiantis formule „Sėkmė=Genai+Aplinka“ teigiama, kad Lietuva turi talentingų sportininkų, tačiau sėkmei reikia ir kokybiškos treniruotės, ir gerai suplanuoto treniruotės proceso valdymo. Kad ir kokia didelė šalis būtų, kad ir kiek talentingų sportininkų ji turėtų, bandymų ir klaidų kelias per daug brangus, todėl tik moksliniai tyrimai ir apibendrinimai leidžia tikėtis sėkmės tokiuose reikšminguose sportiniuose renginiuose kaip OŽ.

Šių metų balandžio 18–19 dienomis Kaune vyko V Baltijos šalių sporto mokslo konferencija „Sporto mokslo dabartis ir naujos idėjos“. Šios didelės mokslinės konferencijos pagrindiniai rengėjai buvo Lietuvos kūno kultūros akademija (LKKA) ir Baltijos šalių sporto mokslo asociacija, prisidėjo Lietuvos tautinis olimpinis komitetas. Rengiant šią konferenciją moksliniame komitete kartu su LKKA ir Lietuvos edukologijos universiteto (LEU) profesoriais, mokslininkais dirbo ir užsienio šalių mokslininkai. Pareiškusių norą dalyvauti konferencijoje ir pateiktų pranešimų įvairovė pasirodė didesnė nei tikėtasi, todėl, be plenarinių posėdžių, kartu vyko posėdžiai sekcijose tokiomis temomis: 1) socialiniai ir psichologiniai kūno kultūros ypatumai; 2) turizmas ir sporto vadyba; 3) sporto fiziologija ir judesių valdymas; 4) treniravimo mokslas; 5) fizinis aktyvumas ir sveikata; 6) taikomoji kūno kultūra, rehabilitacija ir socialiniai neįgalųjų integracijos bruožai. Taip pat buvo skirtas laikas stendiniams pranešimams, buvo surengtas jaunųjų mokslininkų konkursas. Buvo perskaityta 213 žodinių pranešimų ir pateikta 119 stendinių pranešimų, kurių autoriai Norvegijos, Rusijos, Ukrainos, Baltarusijos, Lenkijos, Čekijos, Slovakijos, Latvijos, Estijos, ir žinoma, Lietuvos universitetų mokslininkai.

Konferencijos metu taip pat vyko Baltijos sporto mokslo asociacijos posėdis. Jame buvo priimti du reikšmingi sprendimai. Pirma, rotaciniu principu kitai dvejų metų kadencijai šios asociacijos prezidentu išrinktas LKKA rektorius prof. Albertas Skurvydas. Antra, buvo nutarta siekti kad šiuo metu LKKA leidžiamas mokslo žurnalas „Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas“ nuo 2013 m. taptų Baltijos šalių sporto mokslo žurnalu „Education. Physical Training. Sport / Baltic Journal of Sport Science“, t. y. jį leidžiant dalyvautų trys šalys: Lietuva, Latvija ir Estija. Tarp Lietuvos leidėjų, be LKKA, dalyvautų ir LEU, Latvijos atstovu būtų Latvijos sporto pedagogikos akademija, Estijos – Tartu universitetas.

\* \* \*

Rengdami tarptautinius mokslo renginius ar dalyvaujame juose mokslininkai bando ieškoti naujovių ir skleisti jas. Čia noriu trumpam sustoti ir retoriškai paklausti: „O ko gi tikimės, kokių naujovių?“

Labai dažnai tenka girdėti trenerius klausiant – kas naujo, kokie sugalvoti nauji labai efektyvūs pratimai, sukurti

nauji atsigavimą skatinantys ar nuovargį mažinantys medikamentai ir panašiai. Galima ieškoti ir rasti atsakymus ir į tokius klausimus, bet pagrindinė mintis buvo kita, apie ją truputį vėliau. Labai svarbu pabandyti suvokti, kas gi vyksta: gal kitaip mąstome, vertybės pasikeitė, gal dar kažką aiškiau suvokti reikėtų, ar tikrai atliekame savo misiją, kokie gi mūsų santykiai su partneriais, ko jie laukia ir tikisi iš mūsų? Taigi, konferencijos pranešimų tematika pasižymėjo temų įvairove ir nedrįstu teigti, jog kuri nors jų buvo ar yra neaktuali.

Konferencijos plenariniame posėdyje, kuriam pirmininkavo LKKA prof. A. Skarbalius ir LTOK viceprezidentas prof. A. Raslanas, pranešimus skaitė kvietieji žymūs mokslininkai: prof. Markas Williamsas (*Mark Williams, Didžioji Britanija, Liverpulio universitetas*) perskaitė pranešimą „Meistriškumo virsmas: aplinkos įtaka ugdymui(si)“, prof. Hakanas Westerbladas (*Hakan Westerblad, Švedija, Stokholmo Karolinos institutas*) – pranešimą „Griaučių raumenų nuovargio mechanizmai“. Plenariniame posėdyje taip pat pranešimus skaitė ir visų trijų Baltijos šalių: Estijos, Latvijos ir Lietuvos, atstovai.

Plenariniame posėdyje buvo perskaitytas LKKA mokslininko T. Venskūno pranešimas apie atliekamus genetinius tyrimus ieškant veiksnių, darančių didelę įtaką sportininkų darbingumui ir sveikatai reikšmingoms fizinėms ypatybėms. Pranešimas buvo vertinamas kaip bandymas spręsti labai aktualią sporto mokslo problemą prisimenant, jog bene didžiausią diskusijų bangą po Pekino OŽ ir naujus iššūkius biomedicinos mokslams sukėlė Jamaikos sprinterio Usaino Bolto pasiekti fenomenalūs pasaulio 100 ir 200 m bėgimo rekordai. Be to, Karibų salų atstovai Pekine iškovoję vienuolika olimpinių medalių, iš kurių šešis – aukso. Daug bandymų „iškapstyti“ tikrąją tiesą yra grindžiami plačiai paplitusiu suvokimu, kad jamaikiečiai ir kai kurių kitų šalių gyventojai turi genetinį pranašumą prieš kitos pasaulio dalies sportininkus. Lietuvos mokslininkų domėjimasi ir ieškojimus genetikos, kaip biomedicinos mokslo lyderio, srityje reikia vertinti kartu ir kaip stengimasi neatsilikti ir palaikyti pasaulinį ekspertinį lygį šioje sporto mokslui aktualioje srityje. Šiuo metu yra žinoma daugiau nei 200 genų, genų dalių ar ląstelės elementų, labai reikšmingų sportiniam darbingumui. Ir tai ne pabaiga. Kaip teigia žymiausi pasaulio genetikai, turint galvoje tik tai, kas šiuo metu žinoma, idealų sprinterį galima būtų surasti pasaulio gyventojų skaičių padidinus ne mažiau kaip 10 kartų. Taigi, problema aktuali, bet sprendimai, tikėkime, – ateityje.

Sakoma, kad po 1968 m. Meksikos OŽ sportas tapo „moksliniu sportu“. Treneriai pripažįsta neabejotiną naudą, kai sporto treniruotei panaudojami mokslinių tyrimų duomenys. Daugelyje šalių rengiant sportininkus dalyvauja mokslininkai, taikomos dvi strategijos. Pirma, išsamūs moksliniai tyrimai atliekami per visą olimpinį ciklą, parengiamos individualios metodinės rekomendacijos priešvaržybiniam pasirėngimo etapui. Antra, mokslininkai vyksta kartu su sportininkais, naudodami mobilią mokslinių tyrimų įrangą atlieka funkcinės būklės ir organizmo adaptacijos vertini-

mus. Deja, nėra atlikta tokių studijų ar bent mes nežinome, kuri strategija yra rezultatyvesnė. Tačiau tai, kad pasaulyje kuriama vis daugiau mobilios įrangos, skirtos sportininkų funkciniai būklei vertinti, ir tai, kad vis daugėja tyrėjų, kartu su sporto komandomis atvykstančių į olimpinės žaidynes ir kitas aukščiausio rango varžybas, liudija apie didėjančią sporto mokslininkų vaidmenį rengiant sportininkus. LKKA Kineziologijos laboratorijos mokslininkai konferencijos dalyviams pristatė kompleksinių sistemų teorija grindžiamą požiūrį ir sukauptą daugiau nei 20 metų patirtį tiriant Lietuvos olimpinės rinktinės sportininkų funkcinio parengtumo ypatybes ir šių rezultatų taikymą valdant treniruotės procesą bei sprendžiant organizmo adaptacijos prie staiga pasikeitusių geografinių ir klimatinėjų sąlygų klausimus. Šios laboratorijos mokslininkai kartu su sportininkais vyko į Sidnėjaus, Atėnų ir Pekino OŽ, norėdami sekti sportininkų organizmo adaptacijos eigą, patarti treneriams, kaip konkrečiam sportininkui geriau įgyti sportinę formą, išvengti galimų klaidų.

Dalis mokslininkų savo studijose bandė prognozuoti sportinių rezultatų kaitą. Kai kurie anksčiau atlikti skaičiavimai rodė, kad esamas pasaulio 100 m bėgimo rekordas išsilaikys gal 100 metų, bet Pekino OŽ rezultatai paneigė šias prognozes. Sportinių rezultatų prognozavimas nėra vien tik smalsumo tenkinimas. Fiziologinių, psichologinių ir kitų veiksmų, lemiančių rezultatus, aiškinimasis ir jų integravimas į sportinių rezultatų prognozę leidžia geriau suprasti žmogaus organizmo funkcinės ypatybes, todėl buvo malonu, kad konferencijoje buvo nemažai darbų apie tai, ypač jaunųjų mokslininkų.

Sportinės sėkmės formulėje „Sėkmė=Genai+Aplinka“ negalima pamiršti abiejų komponentų. Aplinka – tai treniruotės krūviai ir atsigavimas, mityba ir kiti išoriniai poveikiai. Yra parengta įvairių treniruotės proceso planavimo modelių, tačiau jų efektyvumo mokslinis pagrindimas buvo daugelio konferencijos pranešimų objektas. Galima pažymėti įdomius ne tik mūsų kaimyninių šalių, bet ir LKKA prof. A. Skarbaliaus ir A. Skurvydo vadovaujamų doktorantų darbus. Šiuose darbuose buvo parodyta, kad tik kryptingas treniruotės planavimas, kuriame atsižvelgiama į organizmo individualius ypatumus, į organizmo biologinius ritmus, yra pagrindas sportininkui pasiekti planuojamus rezultatus aukšto rango varžybose. Džiugu, kad Lietuvos mokslininkai ir sporto mokslo laboratorijos yra sukaupusios didelę patirtį ir geba atlikti išsamius sportininkų tyrimus, atpažinti nuovargio, perkrovos, geras ar blogas organizmo funkcinės būsenas.

Norint aprūpinti išaugusius poreikius fizinio krūvio metu, aktyvinama daugelio funkcinė sistemų veikla, pasikeitimai vyksta tiek ląsteliniame, tiek subląsteliniame bei molekulininiame lygmenyse, aktyvinami specifiniai, tarp jų ir genetiniai, reguliavimo mechanizmai. Tačiau kad ir labai gerai suprastume genetikos, biochemijos mokslų laimėjimus, privalome nepamiršti visumos – organizmas yra nedalomas. Mokslininkai pabrėžia, kad aprašomas cheminis elementas

dažnai organizme atlieka ir daug kitų, dar ir mums nežinomų, funkcijų, todėl tolesni tyrinėjimai yra aktualūs. Be to, organizmo atsaką į daugelį cheminių medžiagų lemia ne tik šios medžiagos kiekis, bet ir receptorinė sistema. Akivaizdus pavyzdys – nuovargio jausmo formavimosi mechanizmas. Visame organizme randamos signalinės interleukino-6 (IL-6) molekulės atlieka svarbų vaidmenį pranešdamos smegenims, jog reikia mažinti tempą. Po ilgai trunkančių fizinių krūvių randama net 60–100 kartų padidėjusi IL-6 koncentracija. Pailsėję tiriamieji, jeigu jiems sušvirkščinama IL-6, pradeda jaustis nuvargę. Galbūt labai išstvermingų sportininkų IL-6 receptoriai mažiau jautrūs nei kitų. Viena iš galimybių mažinti nuovargį būtų blokuoti smegenų IL-6 receptorių antikūniais, tačiau IL-6 organizme atlieka daug kitų, dar ir mums nežinomų, funkcijų. Todėl būtina žiūrėti ir vertinti visumą.

Taigi, pagrindinė mintis, kuri ne kartą buvo išsakoma įvairiomis frazėmis, – žmogus yra nedalomas, nedaloma yra ir sporto mokslo visuomenė, todėl holistinės (*visumą apimančios*) idėjos, studijos, veiksmai turi ateiti. Dažnai pranešimuose buvo vartojamos sąvokos ir žodžiai „sinergetika“ „organizmo funkcijų sinergijos“, „sinergrinių sąveikų kūrimas tarp mokslo organizacijų ir kitų socialinių partnerių“. Paprastai pasakius, sinergija – tai veikla, kai bent du ar keli veikia kartu derindami savo veiksmus ir siekdami bendro tikslo. Vadinasi, savo veikloje, taip pat ir atlikdami mokslinius tyrimus, aiškindamiesi detales ir subtilybes, turime matyti visumą. Tam, kad mūsų ieškojimai būtų vaisingesni, mokslas turi būti tarptautinis, privalome domėtis vieni kitų darbais, kurti ir stiprinti sinergrinius ryšius tarp Lietuvos ir užsienio šalių mokslininkų, mokslo laboratorijų.

Olimpinės žaidynes sustabdydavo karus, o mūsų laikais karai sustabdo olimpinės žaidynes, sporto renginius. Keičiasi laikai, pažiūros, sampratos. Socialiniai ir humanitariniai sporto, kaip socialinio reiškinių, ypatumai šioje konferencijoje taip pat neliko nuošalyje. Konferencijoje pristatyti moksliniai darbai gvildeno labai aktualias problemas, reikalingas mokslinių sprendimų, sukeldavo įdomias ir vertingas dalyvių diskusijas.

Pabaigoje dar kelios mintys, kurias man sukelia šia kryptimi besidarbuojančių mokslininkų darbai.

Mes privalome nuolatos pamąstyti apie savo veiksmų tikslingumą ir pasekmes. Kas gi nutinka, kai sportininkas baigia karjerą, kai surengiamos neigaliųjų varžybos, kai pasibaigia pasaulio benamių futbolo taurės varžybos? Ar grįš benamis po tiltu? Kaip ir kuo pasikeičia jų ir visuomenės mentalitetas?

Mes jau daug žinome, todėl galime ir privalome tai daryti geriau. Deja, dar daug ko teks mokytis.

*Ir vis dėlto užvaldo geri jausmai, nes mes, mūsų darbai reikalingi pasauliui.*

*Prof. Jonas Poderys  
Lietuvos kūno kultūros akademijos  
Kineziologijos laboratorijos vedėjas*

## INFORMACIJA AUTORIAMIS // INFORMATION FOR AUTHORS

Žurnalui pateikiami originalūs, neskelbti kituose leidiniuose straipsniai, juose skelbiama medžiaga turi būti nauja, teisinga ir tiksliai, logiškai išanalizuota ir aptarta. Mokslinio straipsnio apimtis – iki 12–15 puslapių (skaičiuojant tekstą, paveikslus ir lenteles).

Straipsniai skelbiami lietuvių ir anglų kalbomis su išsamiais lietuvių ir anglų kalbų santraukomis.

Du rankraščio egzemplioriai ir diskelis arba kompaktinis diskas siunčiami žurnalo „Sporto mokslas“ atsakingajai sekretorei dr. E. Kemeryte-Riaubiene šiuo adresu:

Lietuvos olimpinė akademija  
p. d. 1208

LT-01007, Vilnius ACP

Gaunami straipsniai registruojami. Straipsnio gavimo data nustatoma pagal Vilniaus pašto žymeklį.

### Straipsnio struktūros ir įforminimo reikalavimai:

**Antraštinis puslapis:** 1) trumpas ir informatyvus straipsnio pavadinimas; 2) autorių vardai ir pavardės, mokslo vardai ir laipsniai; 3) institucijos, kurioje atliktas tiriamasis darbas, pavadinimas; 4) autoriaus, atsakingo už korespondenciją, susijusią su pateiktu straipsniu, vardas, pavardė, adresas, telefono (fakso) numeris, elektroninio pašto adresas, 5) visų bendra autorių mokslinės darbo kryptys ir elektroniniai adresai.

**Santrauka** (ne mažiau kaip 400 žodžių) lietuvių ir anglų kalbomis. Santraukoje nurodomas tyrimo tikslas, objektas, trumpai aprašoma metodika, pateikiami tyrimo rezultatai ir išvados.

**Raktažodžiai:** 3–5 informatyviūs žodžiai ar frazės.

**Įvadas** (iki 300 žodžių). Jame nurodoma tyrimo problema, aktualumas, iširtumo laipsnis, žymiausi tos srities mokslo darbai, tikslas. Skyriuje cituojami literatūros šaltiniai turi turėti tiesioginį ryšį su eksperimento tikslu.

**Tyrimo metodai.** Aprašomi originalūs metodai arba pateikiamos nuorodos į literatūroje aprašytus standartinius metodus. Tyrimo metodai ir organizavimas turi būti aiškiai išdėstyti.

**Tyrimo rezultatai.** Išsamiai aprašomi gauti rezultatai, pažymimas jų statistinis reikšmingumas, pateikiamos lentelės ir paveikslai.

**Tyrimo rezultatų aptarimas ir išvados.** Tyrimo rezultatai lyginami su kitų autorių skelbtais duomenimis, atradimais, įvertinami jų tapatumai ir skirtumai. Pateikiamos aiškios ir logiškos išvados, paremtos tyrimo rezultatais.

**Literatūra.** Literatūros sąrašas cituojama tik publikuota mokslinė medžiaga. Cituojamų literatūros šaltinių turi būti ne daugiau kaip 15. Literatūros sąrašas šaltiniai numeruojami ir vardinami abėcėlės tvarka pagal pirmojo autoriaus pavardę. Pirmia vardinami šaltiniai lotyniškais rašmenimis, paskui – rusiškais.

### Literatūros aprašo pavyzdžiai:

1. Bekerian, D. A. (1993). In search of the typical eyewitness. *American Physiologist*, 48, 574–576.
2. Štaras, V., Arelis, A., Venclovaite, L. (2001). Lietuvos moterų irkluojujų treniruotės vyksmo ypatumai. *Sporto mokslas*, 4(26), 28–31.
3. Stonkus, S. (Red.) (2002). *Sporto terminų žodynas* (II leid.). Kaunas: LKKA.

Straipsnio tekstas turi būti išspausdintas kompiuteriu vienoje standartinio (210x297 mm) balto popieriaus lapo pusėje „Times New Roman“ šriftu, 12 pt, per du intervalus tarp eilučių. Puslapiai turi būti numeruojami viršutiniame dešiniame krašte, pradėdant antraštiniu puslapiu, kuris pažymimas pirmuoju numeriu.

Straipsniai, pateikiami kompaktiniame diske, turi būti surinkti A4 formatu. Skenuotų paveikslų pavadinimai pateikiami po paveikslais surinkti „Microsoft Word for Windows“ programa. Paveikslai žymimi eilės tvarka arabiškais skaitmenimis, pavadinimas rašomas po paveikslu, spausdinami ant atskirų lapų. Paveikslai pateikiami tik nespaltuoti.

Kiekviena lentelė privalo turėti trumpą anrašę ir virš jos pažymėtą lentelės numerį. Visi paaiškinimai turi būti tekste arba trumpame priede, išspausdintame po lentele. Lentelės spausdinamos ant atskirų lapų, per pusantro intervalo tarp eilučių.

Paveikslai ir lentelės, padaryti „Microsoft Excel for Windows“ programa, neturi būti perkelti į programą „Microsoft Word for Windows“, jų vieta tekste turi būti nurodyta kairėje parašėje pieštuku.

Neatitinkantys reikalavimų ir netvarkingai parengti straipsniai bus grąžinami autoriams be įvertinimo.

Kviečiame visus bendradarbiauti „Sporto mokslo“ žurnale, skelbti savo darbus.

**Prof. habil. dr. Povilas KAROBLIS**  
„Sporto mokslo“ žurnalo vyr. redaktorius

### General information:

The articles submitted to the journal should contain original research not previously published. The material should be new, true to fact and precise, with logical analysis and discussion. The size of a scientific article – up to 12-15 printed pages.

The articles are published both in the Lithuanian and English languages.

Two copies of the manuscript and floppy disk or compact disc should be submitted to the Executive Secretary of the journal to the following address:

Dr. E. Kemeryte-Riaubiene, Executive Secretary of the journal „Sporto mokslas“

Lithuanian Olympic Academy

p. d. 1208, LT-01007, Vilnius ACP, Lithuania

All manuscripts received are registered. The date of receipt by post is established according to the post-mark of the Vilnius post-office.

### Requirements for the structure of the article:

**The title page** should contain: 1) a short and informative title of the article; 2) the first names and family names of the authors, scientific names and degrees; 3) the name of the institution where the work has been done; 4) the name, family names, address, phone and fax number, E-mail address of the author to whom correspondence should be sent, 5) E-mail addresses and scientific characteristics of all the authors.

**Summaries** with no less than 400 words should be submitted in the Lithuanian and English languages. The summary should state the purpose of the research, the object, the brief description of the methodology, the most important findings and conclusions.

**Keywords** are from 3 to 5 informative words or phrases.

**The introductory part** (not more than 300 words). It should contain a clear statement of the problem of the investigation, the extent of its solution, the most important papers on the subject, the purpose of the study. The cited literature should be in direct relation with the purpose of the experiment in case.

**The methods of the investigation.** The original methods of the investigation should be stated and/or references should be given for standard methods used. The methods and procedure should be identified in sufficient detail.

**The results of the study.** Findings of the study should be presented comprehensively in the text, tables and figures. The statistical significance of the findings should be noted.

**The discussion of the results and conclusions of the study.** The results of the study should be in relationship and relevance to published observations and findings, emphasizing their similarities and differences. The conclusions provided should be formulated clearly and logically and should be based on the results of the research.

**References.** Only published scientific material should be included in the list of references. The list of references should not exceed 15 sources. References should be listed in alphabetical order taking account of the first author. First references with latin characters are listed, and then – slavic.

### Examples of the correct references format are as follows:

1. Bekerian, D. A. (1993). In search of the typical eyewitness. *American Physiologist*, 48, 574–576.
2. Neuman, G. (1992). Specific issues in individual sports. Cycling. In: R. J. Shepard and P.O. Astrand (Eds.). *Endurance in Sport* (pp. 582–596). New-York.
3. Dintiman, G., Ward, B. (2003). *Sports speed* (3rd ed.). Champaign: Human Kinetics.

The text of the article must be typed on white standard paper (210x297 mm), with a character size at 12 points, font – “Times New Roman”, 2,0 line spaced, with margins being: 2 cm on the left, right, top and at the bottom.

Once the article is supplied in a compact disk it must bear A4 format. The titles of the scanned figures are placed under the figures, using „Microsoft Word for Windows“ program. All figures are to be numbered consecutively giving the sequential number in Arabic numerals, giving the title under the figure, printed on separate sheets of paper.

Each table should have short name and number indicated above the table. All explanations should be in the text of the article or in the short footnote added to the table. The abbreviations and symbols given in the tables should coincide with the ones used in the text and/or figures.

Once produced by “Microsoft Excel for Windows” program, figures and tables should not be transferred to “Microsoft Word for Windows” program. The location of the figure should be indicated by pencil in the left margin of the text.

The manuscripts not corresponding to the requirements and/or inadequately prepared will be returned to the authors without evaluation.

The journal „Sporto mokslas“ is looking forward to your kind cooperation in publishing the articles.

**Prof. Dr. Habil. Povilas KAROBLIS**  
Editor-in-Chief, Journal “Sporto mokslas” (“Sport Science”)





# JOURNAL 01

THE OFFICIAL JOURNAL OF THE INTERNATIONAL OLYMPIC ACADEMY



## LITHUANIA

Olympic education is a priority for the Olympic Academy of Lithuania and an agreement was therefore concluded for the implementation until 2015 of a program entitled "Olympic education for children and youth in Lithuanian schools", in cooperation with the Ministry of Education and Science and the country's National Olympic Committee.

In addition to the program's implementation, contests on Olympic issues were organized in the schools to ensure better understanding and diffusion of the Olympic ideals. The Lithuanian Olympic Academy, in cooperation with the Educational Centre, prepared the book "Instructions for Olympic education" for teachers and students. The book contains information, tests and questions on Olympic issues.

At the same time, it also organized a seminar for the promotion of the Olympic ideals with the participation of more than 300 teachers from throughout the country.

In cooperation with the University of Educational Sciences, it organized "Olympic Games" for students with the participation of young people from different universities who competed in various sports. An Olympic festival was also organized with the object of developing young people's personalities through sport, and sporting and social values.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ



ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ

## ΔΙΠΛΩΜΑ

Ο Καθηγ. Povilas Petras KAROBELIS (LTU)  
έλαβε μέρος ως μετέχων  
στην 11η Κοινή Διεθνή Σύνοδο  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας  
για Προέδρους ή Διευθυντές Εθνικών Ολυμπιακών Ακαδημιών  
και Στελέχη Εθνικών Ολυμπιακών Επιτροπών  
στην Αρχαία Ολυμπία  
από 24 έως 31 Μαΐου 2012

Ο Πρόεδρος  
της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής



ΣΠΥΡΟΣ Ι. ΚΑΠΡΑΛΟΣ

Ο Πρόεδρος  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας



ΙΣΙΔΩΡΟΣ ΚΟΥΒΕΛΟΣ

Ο Επίτιμος Κοσμήτορας  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ



ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ

## ΔΙΠΛΩΜΑ

Η Καθηγ. Δρ. Egle KEMERYTE-RIKUBIENE (LTU)  
έλαβε μέρος ως μετέχουσα  
στην 11η Κοινή Διεθνή Σύνοδο  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας  
για Προέδρους ή Διευθυντές Εθνικών Ολυμπιακών Ακαδημιών  
και Στελέχη Εθνικών Ολυμπιακών Επιτροπών  
στην Αρχαία Ολυμπία  
από 24 έως 31 Μαΐου 2012

Ο Πρόεδρος  
της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής



ΣΠΥΡΟΣ Ι. ΚΑΠΡΑΛΟΣ

Ο Πρόεδρος  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας



ΙΣΙΔΩΡΟΣ ΚΟΥΒΕΛΟΣ

Ο Επίτιμος Κοσμήτορας  
της Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ