



Utánpótlás-nevelési Igazgatóság

Teljesítmény orientáció, verseny előtti szorongás, és belső motiváció az U13-U15 korosztály labdarugó sportolóiban

Pignitzky Dorottya, Szabó Attila, Szabó Tamás, Velencei Attila, és Kovács Árpád
Nemzeti Utánpótlás-nevelési és Sportszolgáltató Intézet, Utánpótlás-nevelési Igazgatóság, és



Teljesítményorientáció

- A teljesítmény- és az ego-orientáció minden egyénben kimutatható.
- A teljesítményorientált személy jobb szeretne lenni önmagához képest.
- Ez optimális fejlődést eredményez.

Ego-orientáció

Az ego-orientált egyén másokkal versenyzik, mert számára a győzelem egy eszköz az énjének a felemelésében másokkal szemben.

Mivel az ellenfél, helyzet, forma, és más külső tényezők is befolyásolják a győzelmet, az erre irányuló ego-orientáció kudarcokkal jár, ami végül a motivációcsökkenéshez vezet.

Verseny előtti szorongás



A verseny előtti szorongás az önbizalomhiány és ebből eredendő bizonytalanság, aggodalom, és kudarcfélelem megnyilvánulása.

Motiváció

A motiváció egy sport vagy más tevékenység iránt
Érzett vonzalom és cselekedetre való elszántság.

A motiváció forrása lehet külső (valamiért)
vagy belső (önmagáért a tevékenységért).

Hipotézis

- A felsorolt lélektani tényezők korral és sporttapasztalattal pozitív irányba fejlődhetnek.
- Ezt a hipotézist teszteltük a 2008-as Tiszaújvárosi U13-U15 labdarugó edzőtáborban, ahol a megjelent sportolók már egy előzetes regionális szelekción túlestek és így az adott korosztályokból a legjobbak vettek részt.

Módszer

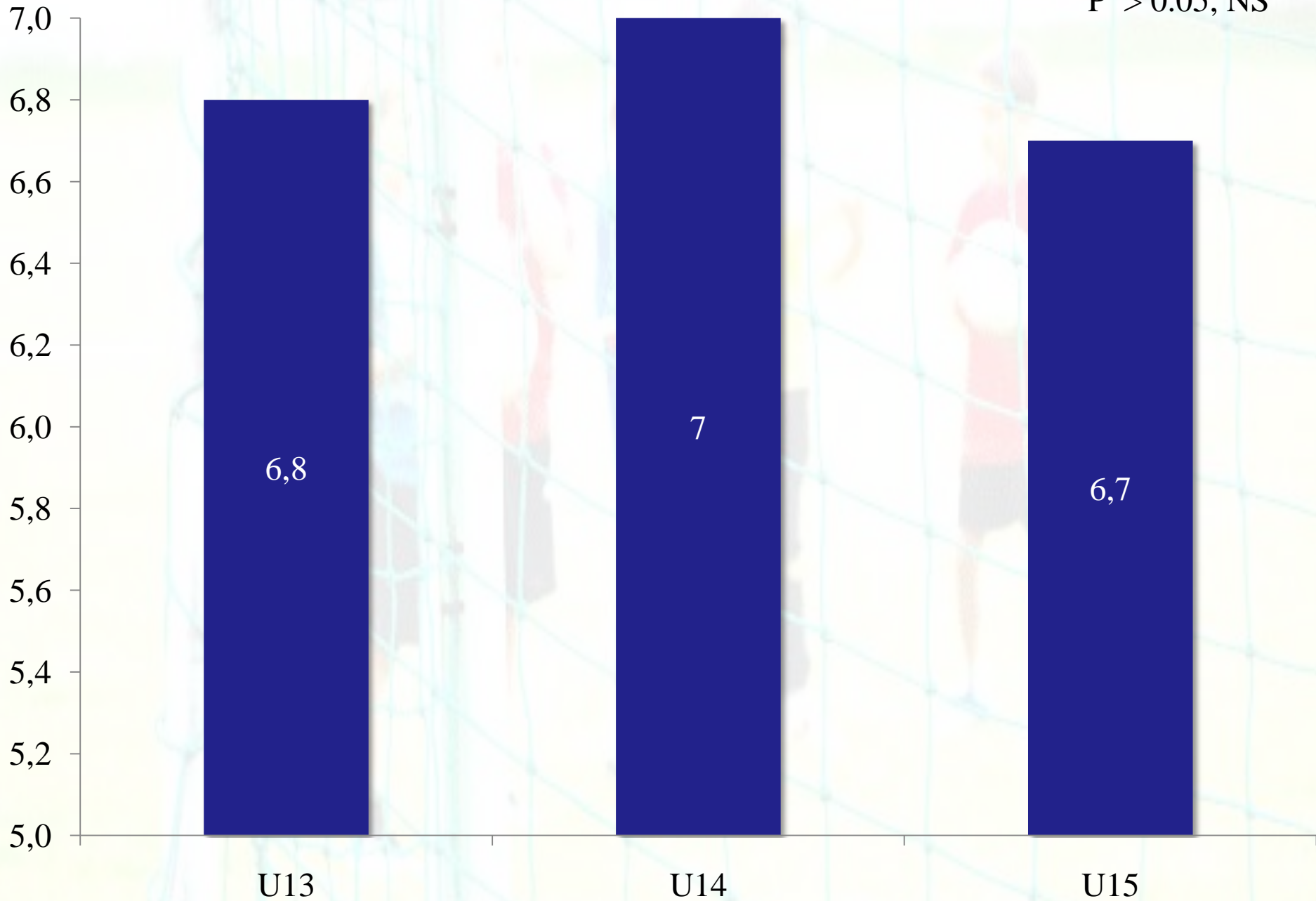
- Az edzők hozzájárulásával három kérdőívet töltöttünk ki az U13-U15 résztvevőkkel.
- Hat lélektani tényezőt mértünk: teljesítmény- és ego-orientáció, verseny előtti szorongás, motivációhiány, belső- és külső motiváció.
- A kérdőíveket 62 U13-as, 61 U14-es és 64 U15-ös labdarugó fiú töltötte ki. Így a teljes mintaszám 187 labdarugó játékos volt.

Adatelemzés

- A kérdőíveken kapott értékeléseket először Excel majd SPSS fájlalba gépeltük be statisztikai elemzés céljából.
- A kérdőívek kiértékelése az SPSS program segítségével történt.
- Ezek után többváltozós variancia-analízist alkalmaztunk.
- Csoportosítás a kor (U13-U15) alapján történt.

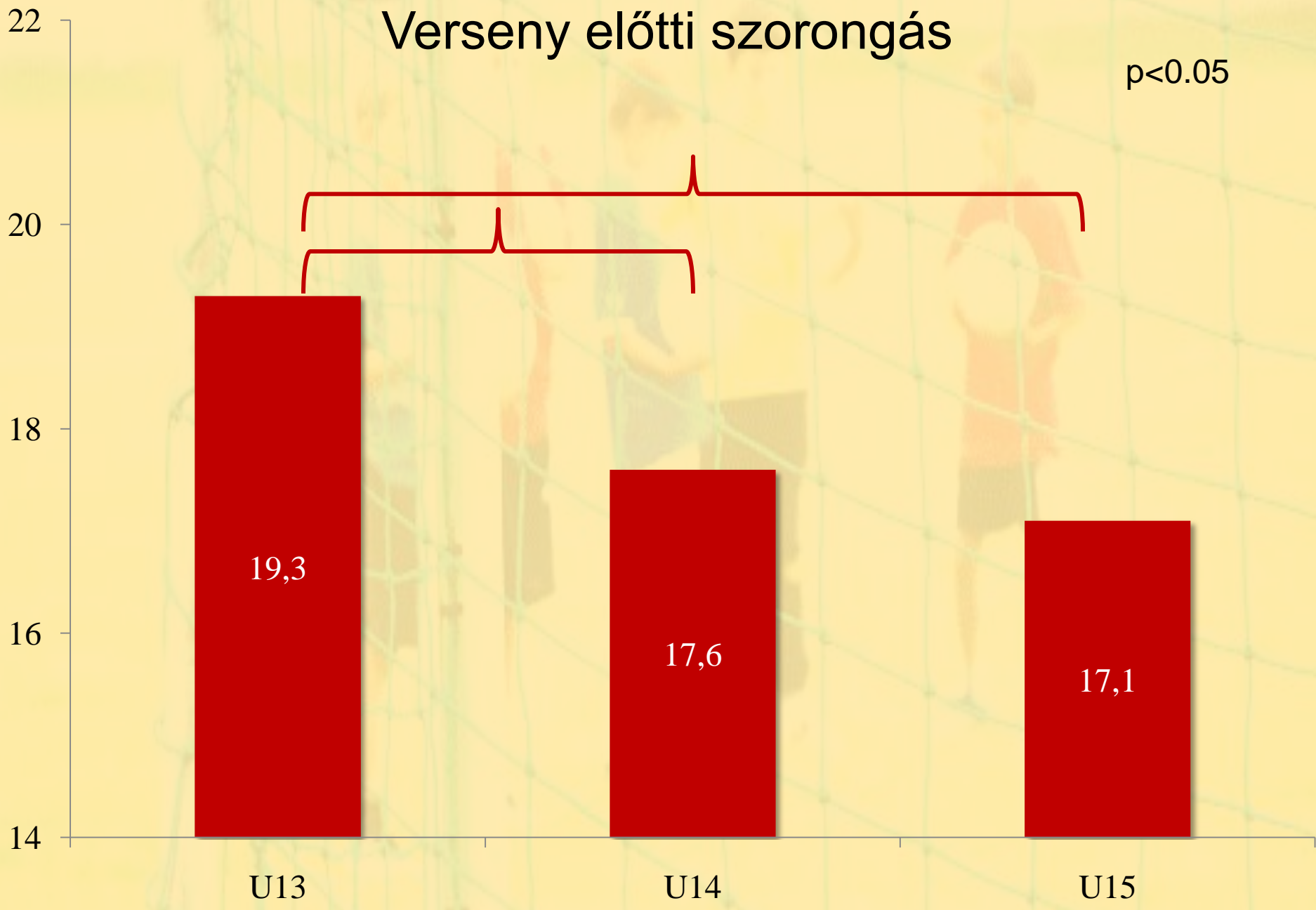
Motivációhiány

P > 0.05, NS



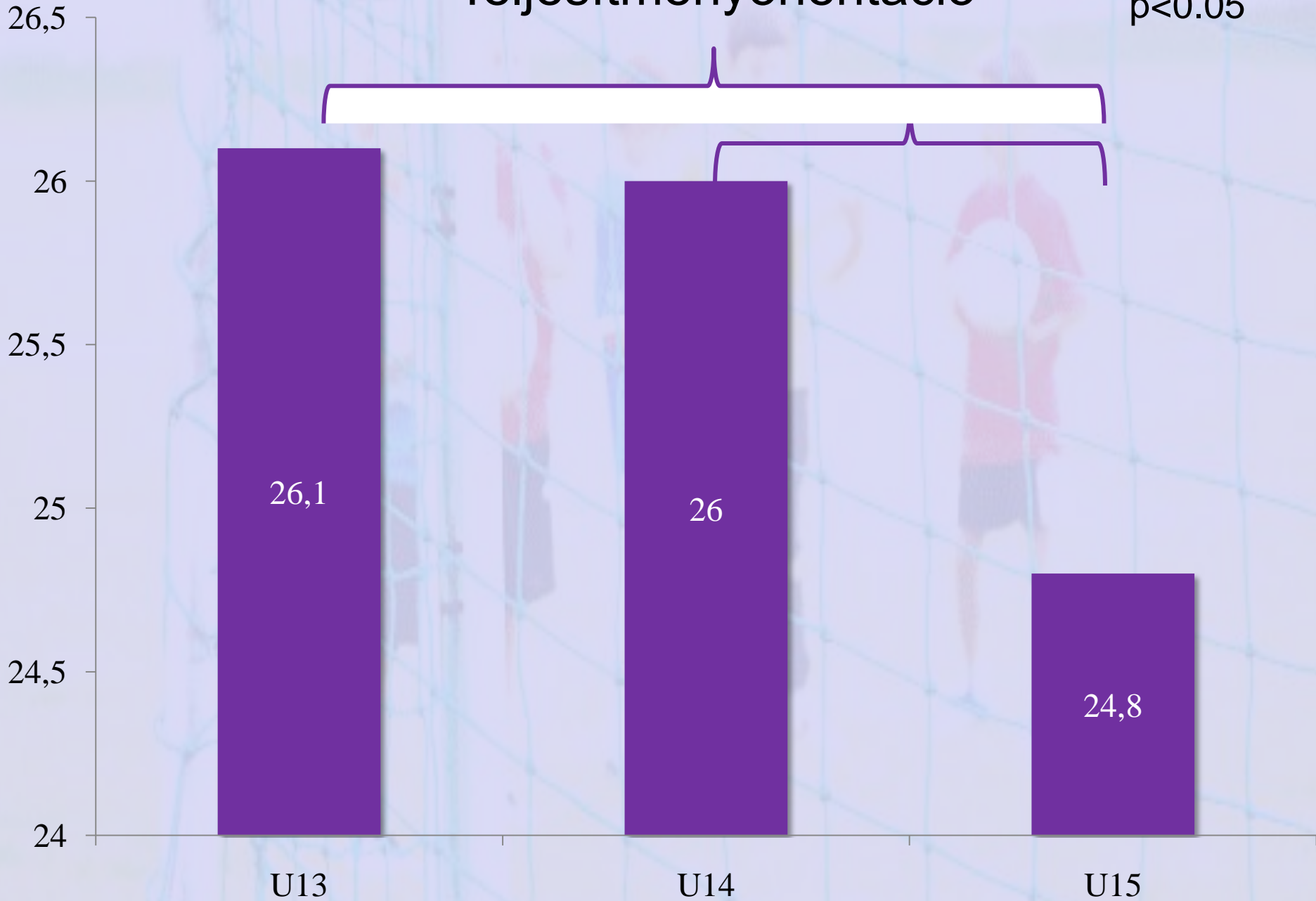
Verseny előtti szorongás

$p < 0.05$



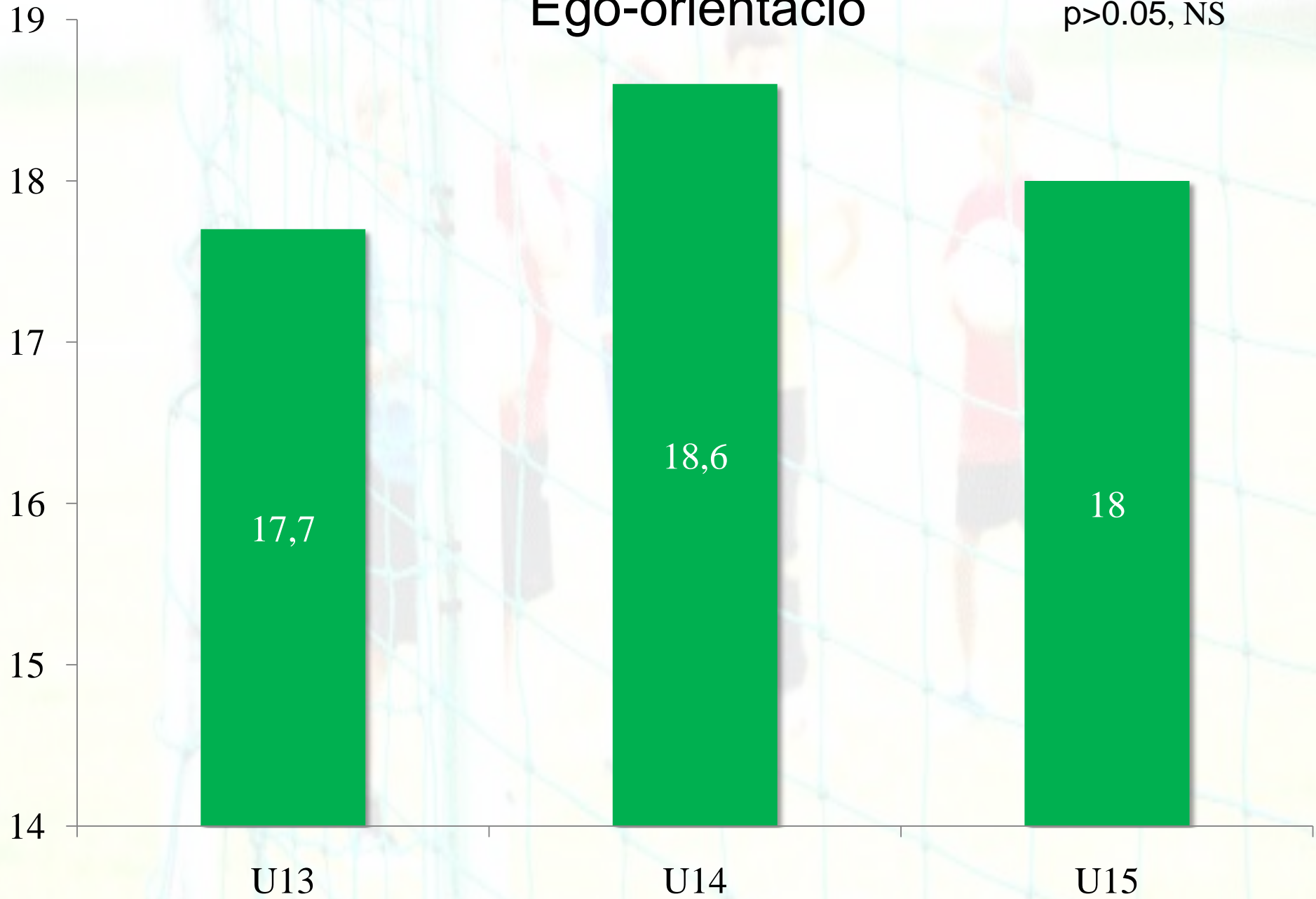
Teljesítményorientáció

$p < 0.05$



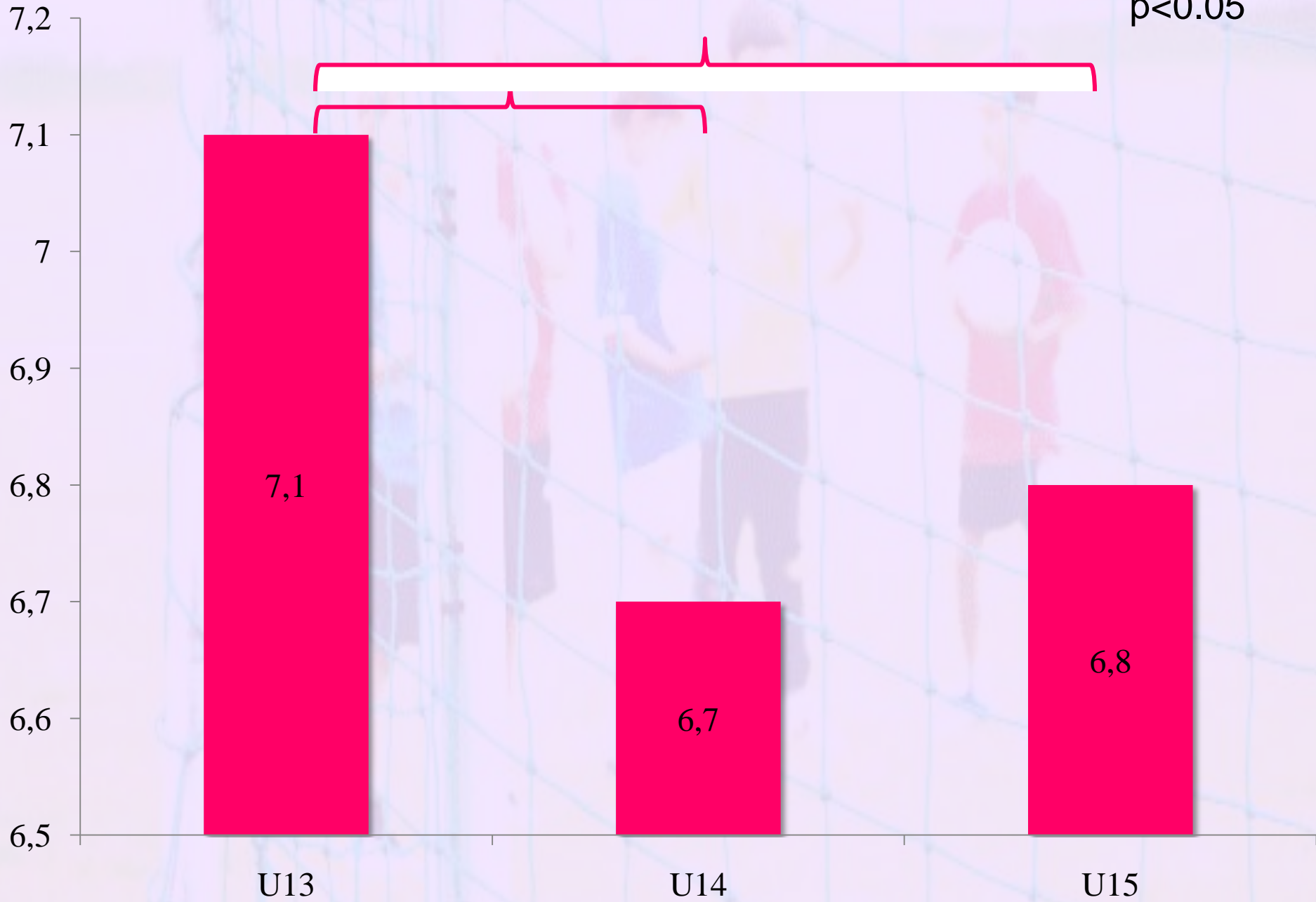
Ego-orientáció

$p > 0.05$, NS



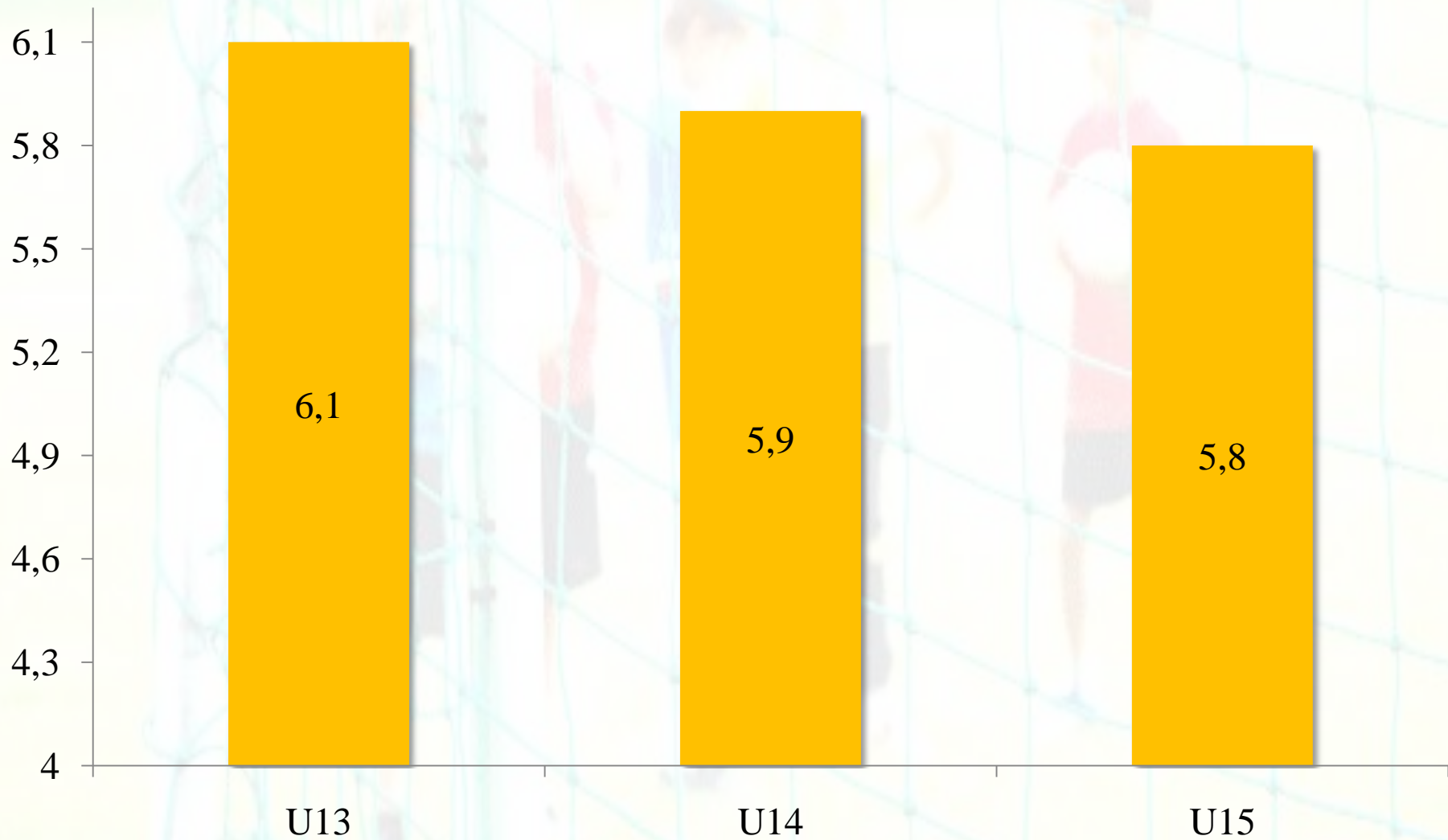
Belső motiváció

$p < 0.05$



Külső motiváció

$p > 0.05$, NS



Összefoglalás



Az U13-as csoportban észlelt magas verseny-előtti szorongás egyértelmű magyarázata a *tapasztalathiány* a fiatal labdarúgóknál.

Összefoglalás

- Az U15 korcsoport eredményei a fiatalabb sporttársaknál alacsonyabb teljesítmény-orientációt és belső-motivációt illetően, dilemmát vethetnek fel.
- Mi a csökkenés oka?
- Lehet, hogy a jóból is megárt a sok?
- Vagy lehet, hogy idővel, a jövővel kapcsolatos esetleg korlátolt lehetőségeik tisztázódnak?
- Lehet, hogy más érdeklődési körök nagyobb terepet vívnak ki maguknak ebben a korban?

Összefoglalás

- A válasz nem egyértelmű, de nemzetközi vizsgálatok azt igazolják, hogy teljesítmény-orientáció és belső motiváció ebben a korosztályban nemcsak a sportban, de a tanulásban is észlelhető.
- Az edzők figyelembe kell, hogy vegyék ezt a változást és módszereiket céltudatosan a teljesítmény orientáció és belső motiváció megtartására és annak a fejlesztésére kellene, hogy irányítsák.



**Köszönöm a
figyelmét**