

# KREPŠININKŲ (JAUNUČIŲ) VALIOS SAVYBĖS

Romualdas Malinauskas, Almantas Dumbliauskas  
Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

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

## SANTRAUKA

*Norint pasiekti didžiausių laimėjimų sporte, būtina labai stipri valia. Sportininko valia ugdoma fizinio, techninio, taktinio ir psichologinio rengimo metu. Jaunučių amžius ypač tinkamas krepšinį žaidžiančių berniukų ir mergaičių valios savybėms ugdyti. Parinkdamas sportininkui fizinį pratimą ir jį dozuodamas, treneris privalo atsižvelgti ir į to pratimo bei jo dozės poveikį valiai: sudaromi sunkumai turi didėti pamažu, reikalauti iš sportininko valios pastangų, kartu būti jam įveikiami.*

*Straipsnyje analizuojama, kokios valios savybės yra būdingiausios krepšinininkams (jaunučiams), kaip skiriasi krepšinį žaidžiančių berniukų ir mergaičių valios savybių raiškos lygis. Siekiant užsibrėžto tikslo buvo sprendžiami tokie uždaviniai: atskleisti krepšinininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant tiriamųjų savęs vertinimo metodiką; ištirti krepšinininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant ekspertų vertinimo metodiką. Keliama prielaida, kad krepšinį žaidžiančių berniukų (jaunučių) valios savybių raiškos lygis yra aukštesnis nei mergaičių (jaunučių).*

*Taikyti šie tyrimo metodai: anketinės apklausos (modifikuota T. Dembo—S. Rubinštejn metodika valios savybių raiškos lygiui nustatyti (cituojuama iš Еллицев, 1994)), ekspertų vertinimo metodika ryžtingumui ir iniciatyvumui tirti (Palaima, 1984), matematinė statistika ( $\chi^2$  kriterijus).*

*Taikant atsitiktinės atrankos procedūrą Kauno apskrities krepšinį žaidžiančių jaunučių sporto klubuose, į 116 tiriamųjų imtį pateko Kauno krepšinio klubo „Žvaigždžių tornadas“ berniukų komandos, Alytaus sporto mokyklos „Jotvingių“ ir „Vidzgirio“ mergaičių komandos. Ištirti 58 (15–16 m.) jaunieji krepšinininkai ir 58 (15–16 m.) krepšinininkės.*

*Taikant anketinės apklausos metodą buvo nustatyta, kad krepšinininkų berniukų ir mergaičių pasiskirstymas pagal ryžtingumą ir drąsumą statistiškai patikimai skiriasi: berniukai ryžtingesni ( $p < 0,01$ ) ir drąsesni ( $p < 0,05$ ) už mergaites. Be to, berniukai yra ir tikslingesni ( $p < 0,05$ ). Ištyrus krepšinininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant ekspertų vertinimo metodiką, paaiškėjo, kad krepšinininkai (berniukai) ryžtingesni ( $p < 0,01$ ) nei krepšinininkės mergaitės, tačiau taikant  $\chi^2$  kriterijų nustatyta, kad 15–16 metų jaunieji krepšinininkai ir krepšinininkės statistiškai patikimai nesiskiria pagal iniciatyvumą ( $p > 0,05$ ).*

**Raktažodžiai:** valia, valios savybės, krepšinis.

## IVADAS

**N**orint pasiekti didžiausių laimėjimų sporte, būtina labai stipri valia. Sportininko valia ugdoma fizinio, techninio, taktinio ir psichologinio rengimo metu. Jaunučių amžius ypač tinkamas krepšinį žaidžiančių berniukų ir mergaičių valios savybėms ugdyti. Parinkdamas sportininkui fizinį pratimą ir jį dozuodamas, treneris privalo atsižvelgti ir į to pratimo bei jo dozės poveikį valiai: sudaromi sunkumai turi didėti pamažu, reikalauti iš sportininko valios pastangų, kartu būti jam įveikiami. Atlikdamas fizinius prati-

mus ir sportinius veiksmus, sportininkas susiduria su įvairiomis kliūtimis ir sunkumais, kuriems įveikti reikia valios pastangų. Valios pastanga vadiname žmogaus išgyvenamą savitą psichinę įtampą, susijusią su valios motyvų igyvendinimu veikloje bei dėmesio reguliavimu (jo nukreipimu ir išlaikymu ties kuriuo nors vidinės ar išorinės aplinkos objektu). Sunkumai sudaro pačios sporto šakos esmę: ugdant sportininko valią, tereikia į juos atsižvelgti (Malinauskas, 2003). Krepšinis, kaip ir daugelis kitų sporto šakų, reikalauja iš

sportininko aktyvios judėjimo veiklos, komandiniai žaidėjų veiksmai turi būti gerai organizuoti. Tyrimai rodo, kad svarbų vaidmenį reguliuojant bendravimą žaidimo metu atlieka valios savybės (Meidus, 1999; 2005 a, b). Valios savybės labai pasireiškia žaidimo veiksmuose (Meidus, 1999). Dažniausiai tiriant analizuojamos svarbiausios rankininkų valios savybės ir šių savybių raiškos kaita (Meidus, 2005 a, b). Analizuojant rankininkų emocines valios savybes buvo nurodyta, kad rankiniui būdingiausios yra šios: tikslo siekimas, pasitikėjimas, atkaklumas, drausmė (Meidus, 1999). Manome, kad atsižvelgiant į kitų autorių ankstesnius mokslo darbus (Palaima, 1976; Kasiulis, Čižauskas, 1997) būtina atkreipti dėmesį ir į sportininkų valios savybių — drąsumo, ryžtingumo, iniciatyvumo — raišką.

Pastaruojų metu galbūt šiek tiek daugiau dėmesio mokslo darbuose skiriama ne tiek sportininkų valios savybių tyrimo problemoms, kiek sportininkų savireguliacijos, savikontrolės ypatumams (Соколова, 1994; Muraven, Dianne, 1998; Malinauskas, Malinauskienė, 2004; Williams et al., 2000). Pabrėžiama, kad asmenybės gebėjimas nuolat save kontroliuoti yra vienas iš jos valios brandumo rodiklių, o savireguliacija, kaip tikslingas savo paties aktyvumo reguliavimas, apima valingo aktyvumo tikslo iškėlimą, reikšmingų veiklos sąlygų modelio, veiksmų programos sukūrimą, valingą veiklos koregavimą. Nurodoma, kad savireguliacijos ir savikontrolės svarba yra neabejotina (Легостаев, 1995; Волков, 1999; Смоленцева, 2001). Teigiama, kad sportininkų savireguliacijos ir savikontrolės stiprinimas yra pripažinta nūdienos sporto psichologijos tyrimų kryptis (Смоленцева, 2001), tačiau tuomet sportininko valios ugdymo problematika tarsi lieka šešėlyje (Смирнов, 1999). Manome, kad sportininkų valios savybių tyrimas nepraranda savo aktualumo, nes stipri sportininkų valia laiduoja sportinės veiklos sėkmę (Горбунов, 1992, 2001).

Literatūros šaltinių (Горбунов, 1992, 2001, 2002) analizė leidžia teigti, kad krepšininkų, ypač jaunučių, valios savybių raiškos problema ištirta nepakankamai. Svarbu išsiaiškinti, kokia krepšininkų valios savybių (tikslingumo, iniciatyvumo, ryžtingumo, drąsumo) raiška. **Probleminis klausimas** yra toks: kurios valios ypatybės būdingiausios krepšininkams berniukams ir kurios mergaitėms. Temos naujumas yra tas, kad būtent krepšininkų valios savybės yra nepakankamai tyrinėtos.

**Tyrimo tikslas** — išanalizuoti krepšininkų (jaunučių) valios savybes.

**Uždaviniai:**

1. Ištirti krepšininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant tiriamųjų savęs vertinimo metodiką.
2. Atskleisti krepšininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant ekspertų vertinimo metodiką.

**Hipotezė.** Tikėtina, kad krepšinių žaidžiančių berniukų (jaunučių) valios savybių raiškos lygis yra aukštesnis nei mergaičių (jaunučių).

## TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

Buvo taikomi šie **metodai**:

1. Literatūros šaltinių analizė.
2. Anketinė apklausa:
  - *modifikuota T. Dembo—S. Rubinšteino metodika valios savybių raiškos lygiui nustatyti* (Елисеев, 1994);
  - *ekspertų vertinimo metodika ryžtingumui ir iniciatyvumui tirti* (Palaima, 1984).
3. Matematinė statistika ( $\chi^2$  kriterijus).

Modifikuota T. Dembo—S. Rubinšteino metodika buvo taikoma jaunučių krepšininkų tikslingumui, iniciatyvumui, ryžtingumui, drąsumui nustatyti. Šios metodikos panaudojimo galimybės labai plačios: ja galima tirti tiek ikimokyklinio, tiek paauglių, tiek suaugusiųjų valios savybes. Atkarpose su penkiomis padalomis tiriamasis turėjo pieštuku pažymėti tą vietą, kurią jis užima pagal tikslingumą, iniciatyvumą, ryžtingumą, drąsumą. Jei rodiklio reikšmė yra didesnė arba lygi 4 balams, tai komponento lygis yra aukštas, jei reikšmė 2—3 balai — vidutinis, o reikšmė nuo 0 iki 1 balo reiškia žemą lygį.

Buvo svarbu išsiaiškinti, kaip tiriamasis supranta, kas yra tikslingumas, iniciatyvumas, ryžtingumas, drąsumas. Juk kiekvienas žmogus šias sąvokas supranta savaip, suteikia joms ypatingą prasmę. Todėl tiriamiesiems visuomet buvo aiškinama šių sąvokų prasmė, kad jie vienodai suvoktų valios savybes. Metodikos paprastumas ir nesudėtinga tyrimo procedūra įrodo jos neginčijamus privalumus taikant tyrimams, tačiau, kita vertus, ją ne visada galima panaudoti kaip individualią diagnostinę priemonę. Metodika aprobuota atliekant autoriaus monografinį tyrimą (Malinauskas, 2006).

Ryžtingumui ir iniciatyvumui vertinti buvo taikoma klasikinė ekspertų vertinimo metodika

(Palaima, 1984). Ekspertai tiriamųjų valios savybes vertino penkių balų sistema. Jei rodiklio reikšmė yra didesnė arba lygi 4 balams, tai komponento lygis vertinamas kaip aukštas, jei reikšmė 2—3 balai — vidutinis, o reikšmė nuo 0 iki 1 balo reiškė žemą lygį. Apie ryžtingumą buvo sprendžiama iš to, kaip jaunieji krepšininkai prisitaikė žaisti trijų žaidėjų (3 × 3), pasikeitus gynėjams. Žaidimo metu buvo vykdomos dvi atakos. Po teisėjo švilpuko keičiami gynėjai. Jei žaidėją persekiojo aukštesnis gynėjas, o žaidėjo rezultatyvumas nesusilpnėjo, tai reiškė žaidėjo ryžtingumą. Apie žaidėjo iniciatyvumą buvo sprendžiama iš baudų metimo taiklumo prieš fizinių krūvi ir po jo. Buvo metama po penkis baudos metimus į krepšį prieš fizinių krūvi ir penki po jo. Fizinis krūvis buvo toks: jaunučiams reikėjo bėgti per visą sporto salę, paliesti liniją priešingoje salės pusėje, o grįžus mesti į krepšį nuo baudos linijos.

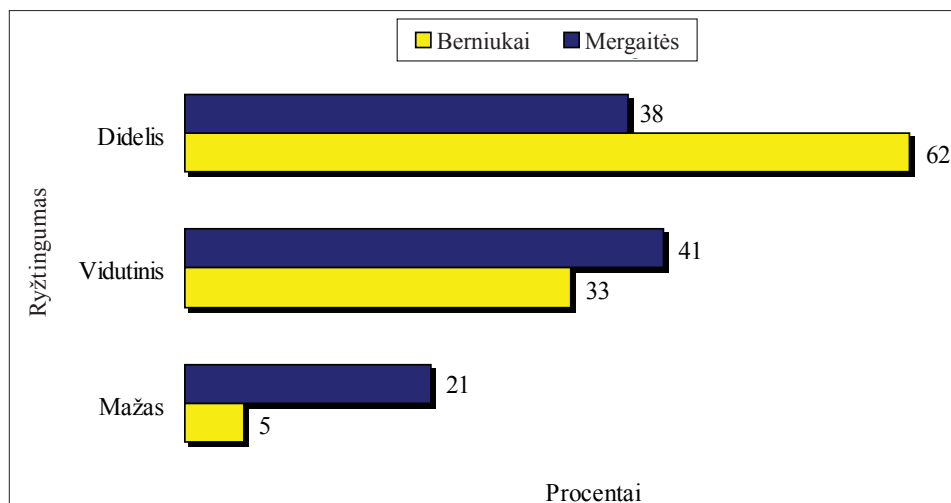
**Tyrimo organizavimas.** Tiriamieji atsitiktine tvarka (pagal atsitiktinių skaičių lenteles) atrinkti iš Kauno ir Alytaus apskričių krepšinio klubų sąrašo. Taikyta dvipakopė atranka: iš pradžių atrinkti klubai, paskui ištirti visi juose sportuojantys jaunučiai (krepšinių žaidžiantys moksleiviai ir moksleivės). Į tiriamąją imtį pateko Kauno krepšinio klubo „Žvaigždžių tornados“ berniukų komandos ir Alytaus sporto mokyklos „Jotvingių“ bei „Vidzgirio“ mergaičių komandos. Šiose komandose sportuoja vidutinio meistriškumo jaunučiai (15—16 m. krepšininkai ir krepšininkės). Tyrimas vyko prieš pratybas, stebint krepšinio treneriams. Buvo planuojama ištirti 120 sportininkų. Kadangi dėl ligos keturi sportininkai nedalyvavo, tirta 116 — 58 berniukai ir 58 mergaitės.

## REZULTATAI

Pasitelkus modifikuotą T. Dembo—S. Rubinšteino metodiką atskleista, kad ryžtingesni yra berniukai ( $\chi^2(2) = 9,36$ ;  $p < 0,01$ ). Ryžtingumas — tai valios savybė, pasireiškianti gebėjimu laiku priimti sprendimą atsakingomis situacijomis. 62% berniukų nurodė, kad jie yra labai ryžtingi (1 pav.). Didelis ryžtingumas būdingas 34% mergaičių. Tai rodo, kad ryžtas siekti užsibrėžto tikslo, nugalėti varžovą yra būdingesnis jauniems krepšininkams, o mergaitėms užsibrėžto tikslo siekti yra sunkiau. Rezultatai rodo, kad 41% mergaičių ir 33% berniukų apibūdino save kaip vidutiškai ryžtingus. Keletas mergaičių ir berniukų nurodė, kad jų ryžtingumas yra mažas.

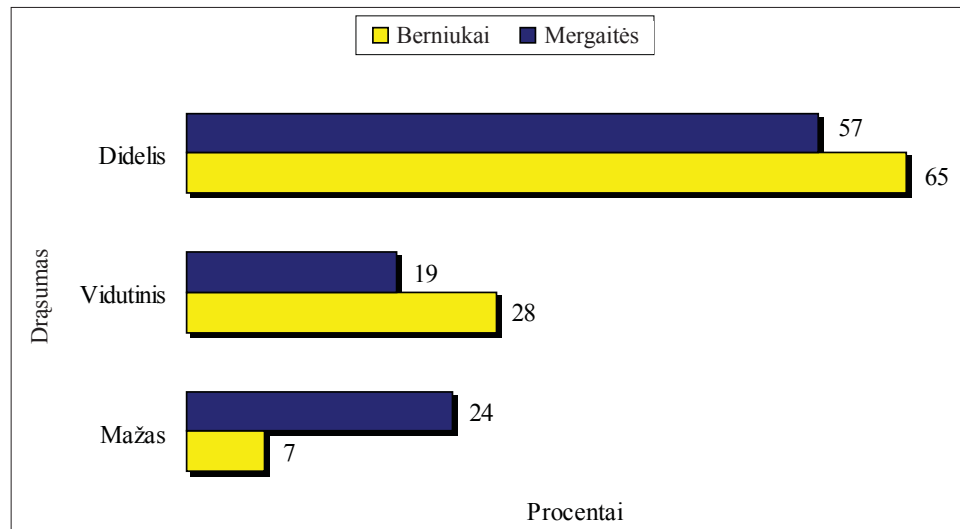
Tyrime ir kitą jaunųjų krepšininkų valios savybę — drąsumą. Drąsumas — tai valios savybė, kuri padeda įveikti baimę pavojingomis situacijomis. Nepagrįsta drąsa, beprasmiška rizika pavojaus akivaizdoje nėra tikros drąsos požymis. Ištyrus jaunučių drąsumą nustatyta, kad 65% krepšininkų berniukų ir 57% krepšininkų mergaičių yra labai drąsūs (2 pav.). Vis dėlto 24% mergaičių ir 7% berniukų labai nedrąsūs. Galima teigti, kad šiems jaunučiams sunku įveikti baimę įtemptų rungtynių metu. Taikant  $\chi^2$  kriterijų nustatyta, kad krepšininkų berniukų ir mergaičių pasiskirstymas pagal drąsumą statistiškai patikimai skiriasi: berniukai yra drąsesni ( $\chi^2(2) = 6,83$ ;  $p < 0,05$ ).

Tyrimo rezultatai rodo, kad tikslingumą (tikslingumas — tai tokia valios savybė, kai gebama kelti tikslus ir jų siekti) įvertino kaip didelį 43% berniukų ir 28% mergaičių (3 pav.). Mažas tikslingumas nustatytas tik vienam berniukui ir septynioms mergaitėms. Tikslingumas krepšininkams

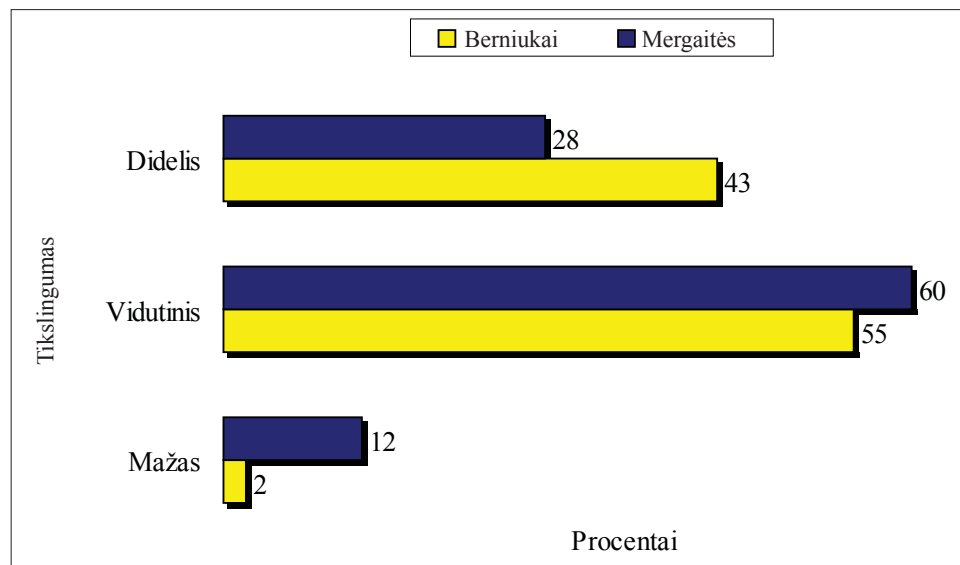


1 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal ryžtingumą

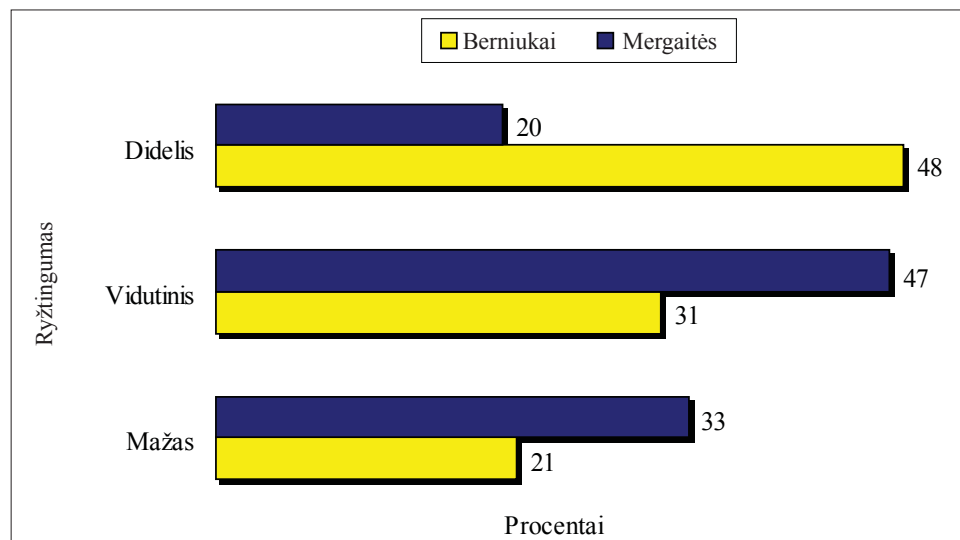
2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal drąsumą



3 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal tikslumą



4 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal ryžtingumą, taikant ekspertų vertinimo metodiką



yra labai svarbus, kadangi kuo aiškiau jaunieji krepšininkai suvokia savo tikslus, tuo atkakliau jų siekia. Pasitelkus  $\chi^2$  kriterijų nustatyta, kad krepšininkų berniukų ir mergaičių pasiskirstymas

pagal tikslumą statistiškai patikimai skiriasi: berniukai tikslingesni ( $\chi^2 (2) = 6,61; p < 0,05$ ).

Ištyrus jaunuosius krepšininkus paaiškėjo, kad 60% berniukų ir 59% mergaičių yra labai

iniciatyvūs. Iniciatyvumas — tai valios savybė, kai žmogus ne tik pats veikia kitų neskatinamas, bet ir kitus skatina. Iniciatyvumo trūkumas padaro sportininko veiklą priklausomą nuo trenerio stimuliavimo. Iniciatyvūs sportininkai tikslo siekia nepaisydami laikinų nesėkmių arba sunkumų. Tyrimo rezultatai parodė, kad berniukai ir mergaitės nesiskyrė pagal iniciatyvumą ( $\chi^2(2) = 0,90$ ;  $p > 0,05$ ).

Norint patikrinti, ar ekspertų vertinimai nesiskiria nuo pačių tiriamųjų savo valios savybių vertinimo, jaunučių ryžtingumas ir iniciatyvumas buvo tiriamas pasitelkus ekspertų vertinimo metodiką.

Taikant ekspertų vertinimo metodiką atskleista, kad 48% berniukų ir 20% mergaičių būdingas didelis ryžtingumas. Trečdalis berniukų ir pusė tirtų mergaičių yra vidutinio ryžtingumo. Pasitelkus  $\chi^2$  kriterijų nustatyta, kad krepšininkų berniukų ir mergaičių pasiskirstymas pagal ryžtingumą statistškai patikimai skiriasi: berniukai yra ryžtingesni ( $\chi^2(2) = 9,78$ ;  $p < 0,01$ ).

Taikant ekspertų vertinimo metodiką atskleista, kad pusė tirtų berniukų ir mergaičių labai iniciatyvūs, o trečdalis — vidutiniškai iniciatyvūs. Tyrimo rezultatai taikant ekspertų vertinimo metodiką parodė, kad berniukai ir mergaitės nesiskyrė pagal iniciatyvumą ( $\chi^2(2) = 0,34$ ;  $p > 0,05$ ).

## REZULTATŲ APTARIMAS

Hipotezė, kad krepšinių žaidžiančių berniukų (jaunučių) valios savybių raiškos lygis yra aukštesnis nei mergaičių (jaunučių), pasitvirtino. Rezultatai parodė, kad ekspertų vertinimai nesiskyrė nuo pačių tiriamųjų savo valios savybių vertinimo. Paaiškėjo, kad berniukai yra ryžtingesni, drąsesni, tikslingesni. Nors mes netyrėme krepšininkų (jaunučių) valios savybių sąsajų su sportinės veiklos rezultatais, visgi manome, kad galima pritarti mokslo darbų (Meidus, 1999, 2005 a; Williams et al., 2000) išvadoms, kuriose akcentuojama, kad pergalę pasiekia tos komandos, kurių žaidėjai rodo didesnes valios pastangas, tiksliai diferencijuodami ir suvokdami kiekvienu atsakingu veiklos momentu iškeltus uždavinius. Pavyzdžiui, įrodyta, kad valios savybių trūkumas gali smarkiai pabloginti rankininkų komandos žaidimo efektyvumą (Meidus, 1999). Manome, kad atsakymas į klausimą, kaip valios savybių trūkumas galėtų lemti krepšinio komandos žaidimo efektyvumą,

galėtų būti formuluojamas tik atlikus tolimesnius tyrimus.

Mokslo darbuose (Горбунов, 2001, 2002) atskleista, kad ilgųjų ir trumpųjų nuotolių bėgikų valios savybių raiška skiriasi, tačiau tuo atveju buvo tiriami jaunuoliai (17—24 m.) lengvaatlečiai. Publikacijų, kuriose būtų analizuojamos jaunučių valios savybės, mums nepavyko aptikti.

Daugiausia publikacijose (Meidus, 1999, 2005 a) analizuojamos rankininkų valios savybės. Tyrimai rodo, kad rankininkų valios savybės yra tiesiogiai susijusios su fiziniu ir techniniu jų parengtumu (Meidus, 1999, 2005 a). Atskleista, kad didesnio meistriškumo rankininkų valios savybių raiškos lygis buvo statistškai patikimai aukštesnis. Kadangi mes tyrėme tik krepšininkų (jaunučių) valios savybes, tai galėtume kelti prielaidą, kad galbūt didelio meistriškumo krepšininkų valios savybių raiškos lygis būtų aukštesnis.

Galime pritarti L. Meidui (2005 c), kad sportininko valios savybėms ugdyti nėra specialių pratybių ar specialių fizinių pratimų, bet ir per pratybas, ir namie sportininkas gali veikti bei stebėti save iš šalies. Tai labai geras valios savybių ugdymo būdas, padedantis mokyti įsisąmoninti savo emocijas ir elgesį, tapti kantresniems (Malinauskas, 2003).

Naujausi tyrimai (Ryska, 2004) parodė, kad patiriamas malonumas sportinės veiklos metu priklauso nuo fizinių pratimų intensyvumo, pratybių trukmės ir dažnio. Pavyzdžiui, sportininkų valiai ugdyti labiausiai tinka šios pratybos: krepšinio, aerobikos, jojimo, plaukimo (Ryska, 2004). Be to, ugdant sportininko valią, reikia atsižvelgti į jo asmenybės (temperamento, charakterio) savybes ir dozuoti fizinių bei psichinių krūvių — didinti jį labai nuosekliai ir pamažu (Malinauskas, 2003). Pavyzdžiui, drąsumą, iniciatyvumą, ryžtingumą (jo komponentą — greitą sprendimo priėmimą) lengviau gali išsiugdyti choleriško temperamento sportininkas negu flegmatikas. Ne mažiau svarbią valios savybę savitvardą ir kitą ryžtingumo komponentą — apgalvoto sprendimo priėmimą, taip pat atkaklumą lengviau išsiugdyti flegmatiško temperamento žmogui. Melancholiškam sportininkui reikia daug trenerio dėmesio, takto ir globos, dozuojant fizinių ir psichinių krūvių, o ir sunkumus reikia didinti pamažu (Malinauskas, 2003).

Apibendrinami mūsų ir kitų autorių tyrimų rezultatus galime teigti, kad sportininkų valios savybių vertinimas ir ugdymas — svarbus kiekvieno



trenerio uždavinys, kryptingai sprendžiamas pratybų ir rungtynių metu.

Manome, kad papildomai reikėtų ištirti didelio meistriskumo krepšininkų valios savybių ypatumus, nes negalima apsiriboti tik jaunučių tyrimo duomenimis.

## IŠVADOS

1. Taikant tiriamųjų apklausos (savęs vertinimo) metodiką buvo nustatyta, kad 15—16

metų krepšininkai berniukai yra ryžtingesni ( $p < 0,01$ ) ir drąsesni ( $p < 0,05$ ) už to paties amžiaus mergaites. Be to, jaunieji krepšininkai berniukai yra ir tikslingesni ( $p < 0,05$ ) nei krepšininkės mergaitės.

2. Ištyrus 15—16 metų krepšininkų (berniukų ir mergaičių) valios savybes, taikant ekspertų vertinimo metodiką, pasitvirtino prognozė, kad krepšininkai berniukai ryžtingesni ( $p < 0,01$ ) nei krepšininkės mergaitės.

## LITERATŪRA

- Kasiulis, J., Čižauskas, A. (1997). *Bendrasis psichologinis krepšininkų rengimas*. Kaunas: LKKI.
- Malinauskas, R., Malinauskienė, V. (2004). Psichologinio rengimo programos poveikis didelio meistriskumo stalo tenisininkų savireguliacijai ir savikontrolei. *Sporto mokslas*, 2 (36), 53—57.
- Malinauskas, R. (2006). *Sporto pedagogų ir sportininkų socialinio psichologinio rengimo ypatumai: monografija*. Vilnius: LSIC.
- Malinauskas, R. (2003). *Sporto psichologijos pagrindai: studijų knyga*. Kaunas: LKKA.
- Meidus, L. (1999). Rankininkų emocinių valios savybių pasireiškimas ir jų formavimas. *Sporto mokslas*, 3, 33—36.
- Meidus, L. (2005 a). *Rankininkų sąveikos psichologija: monografija*. Vilnius: VPU.
- Meidus, L. (2005 b). Sportininkų (rankininkų) valios ugdymo galimybės. *Acta paedagogica Vilnensia*, 15, 156—164.
- Meidus, L. (2005 c). *Sporto psichologija*. Vilnius: VPU.
- Muraven, M., Dianne, T. (1998). Self-control as limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (3), 774—789.
- Palaima, J. (1984). *Bendrosios ir sporto psichologijos praktikos darbai*. Kaunas: LKKI.
- Palaima, J. (1976). *Sportininko valios ugdymas*. Kaunas: LKKI.
- Ryska, T. A. (2004). Enjoyment of evaluative physical activity among young participants: The role of self-handicapping and intrinsic motivation. *Child Study Journal*, 33 (4), 213—234.
- Williams, K. J., Donovan, J. J., Dodge, T. L. (2000). Self-regulation of performance: Goal establishment and goal revision processes in athletes. *Human Performance*, 13 (2), 159—180.
- Волков, И. П. (1999). Медитация как метод спортивной психологии. *Теория и практика физической культуры*, 10, 34—36.
- Горбунов, Ю. Я. (1992). *Индивидуальный стиль волевой активности и его формирование у старших школьников: автореф. канд. дис.* Пермь: ПГУ.
- Горбунов, Ю. Я. (2002). Исследование волевой активности в структуре индивидуальности спортсмена. *Теория и практика физической культуры*, 7, 37—38.
- Горбунов, Ю. Я. (2001). Сравнительная характеристика проявления волевой активности в различных видах лёгкой атлетики. *Теория и практика физической культуры* 3, 33—35.
- Елисеев, О. П. (1994). *Конструктивная типология и психодиагностика личности*. Псков: Областной институт.
- Легостаев, Т. Н. (1995). Результаты применения аутогенной тренировки в учебном процессе со студентами. *Теория и практика физической культуры*, 4, 16—18.
- Смирнов, Н. Б. (1999). Психологические механизмы эмоционально-волевой саморегуляции в спорте. *Теория и практика физической культуры*, 12, 28—33.
- Смоленцева, В. Н. (2001). Психорегуляция в спорте. *Теория и практика физической культуры*, 5, 19—22.
- Соколова, Л. А. (1994). Изучение индивидуально-типологических особенностей саморегулирования и успешности спортивной деятельности. *Теория и практика физической культуры*, 2, 39—42.

## WILL TRAITS OF BASKETBALL PLAYERS CADETS

**Romualdas Malinauskas, Almantas Dumbliauskas**  
*Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania*

### ABSTRACT

In order to reach the highest achievements in sport, strong will is a must. The will of athlete is cultivated during physical, technical, tactical and psychological training (Горбунов, 2001). Cadet age is suitable in particular to develop volitional features in boys and girls that play basketball. When choosing a physical exercise and its dosage for an athlete, a trainer needs to take into consideration the impact of that exercise and its dose on the athlete's will: assigned loads have to be increased gradually and to demand from the athlete the efforts of will though to be surmountable (Williams et al. 2000; Ryska, 2004).

The article analyzes which traits of the will are the most characteristic of basketball players (cadets), and what the difference between the level of will traits among basketball-playing boys and girls is. When seeking the set goal, the following tasks have been solved: to reveal will traits of basketball players (boys and girls) by applying the method of self-evaluation; to investigate will traits of basketball players (boys and girls) by applying the method of expert evaluation.

It is presumed that the level of will traits in male basketball players (cadets) is higher than that of basketball-playing girls.

The research employed the following methods: a questionnaire-based survey (modified T. Dembo and S. Rubinstein methods (Елисеєв, 1994)) to determine the level of expression of volitional features, the method of expert-evaluation to study determination and initiative (Palaima, 1984), and mathematical statistics ( $\chi^2$  test).

When applying a random selection procedure in basketball clubs for junior players of Kaunas district, the tested sample of 116 players included boys teams from Kaunas basketball club "Žvaigždžių Tornadas" and basketball teams "Jotvingiai" and "Vidzgiris" (girls) from Alytus sport school. In total, 58 male basketball players aged 15 to 16 and 58 female basketball players aged 15 to 16 have been tested.

Having applied the method of questionnaire-based survey it was established that the distribution of male and female basketball players according to determination and courage differed statistically significantly: boys were more resolved ( $p < 0.01$ ) and more courageous ( $p < 0.05$ ) than girls. In addition, boys were more purposeful ( $p < 0.05$ ). When investigating will traits of basketball players (boys and girls) by applying the method of expert evaluation, it was proved that male basketball players were more characteristic of determination ( $p < 0.01$ ) than female basketball players. However, when applying the  $\chi^2$  test it was established that young male and female players aged 15 to 16 did not statistically significantly differ in regard to initiative ( $\chi^2 (2) = 0.34$ ;  $p > 0.05$ ).

**Keywords:** will, will traits, basketball.

Gauta 2006 m. birželio 28 d.  
Received on June 28, 2006

Priimta 2006 m. gruodžio 6 d.  
Accepted on December 6, 2006

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