

UGDYMO PROGRAMOS POVEIKIS KREPŠINĮ ŽAIDŽIANČIŲ MOKSLEIVIŲ VARŽYBINIAMS SOCIALINIAMS ĮGŪDŽIAMS

Šarūnas Šniras

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

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

SANTRAUKA

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

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

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

Raktažodžiai: varžybiniai socialiniai įgūdžiai, ugdymo programa, krepšinis.

ĮVADAS

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

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

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

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

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

Tyrimo objektas — krepšinių žaidžiančių moksleivių varžybinių socialinių įgūdžių lygis.

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

Uždaviniai:

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

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

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

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

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

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

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

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

TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

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

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

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

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

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

Ugdomojo eksperimento metu naudojantis atsitiktinės serijinės atrankos principu buvo su-

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

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

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

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

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

Lentelė. Varžybinių socialinių įgūdžių ugdymo programa

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

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

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

REZULTATAI

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

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

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

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

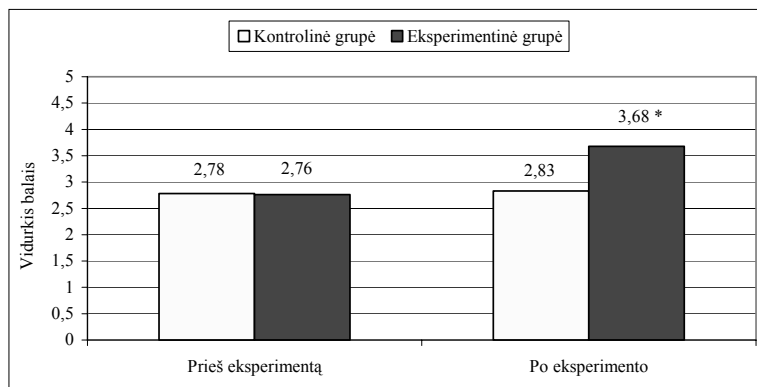
Eksperto pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą kontrolinės grupės moksleivių dekodavimo įgūdžio lygis yra šiek tiek aukštesnis nei eksperimentinės grupės (atitinkamai $2,83 \pm 0,50$ ir $2,76 \pm 0,56$) (2 pav.). Vis dėlto statistiškai patikimo dekodavimo įgūdžio lygio skirtumo tarp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

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

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

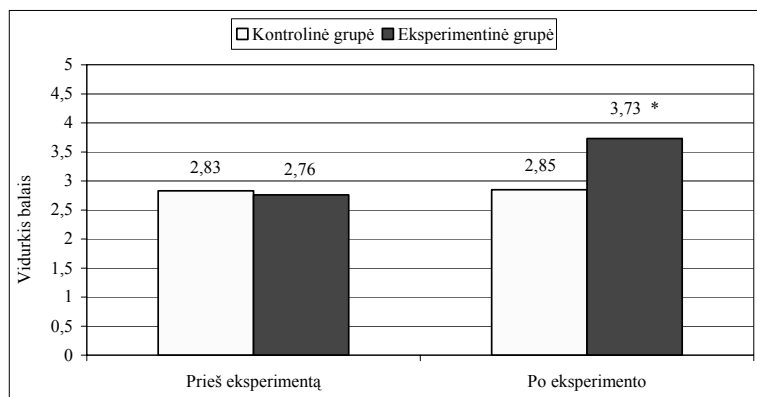
Eksperto pradžioje atlikti tyrimai parodė, kad prieš eksperimentą kontrolinės ir eksperimentinės grupės moksleivių savikontrolės socialinės sąveikos metu lygis nesiskyrė ir siekė 2,67 balo (3 pav.), todėl galima teigti, kad grupės prieš eksperimentą pagal analizuojamąjį kintamąjį buvo panašios. Pakartotinis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

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



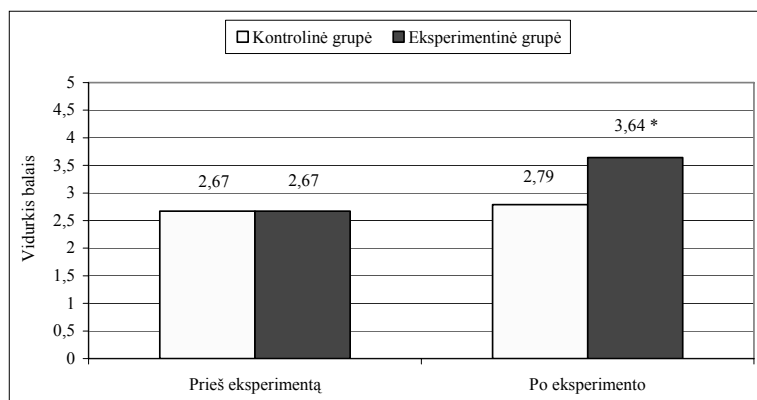
1 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės kodavimo įgūdžio pokyčiai

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



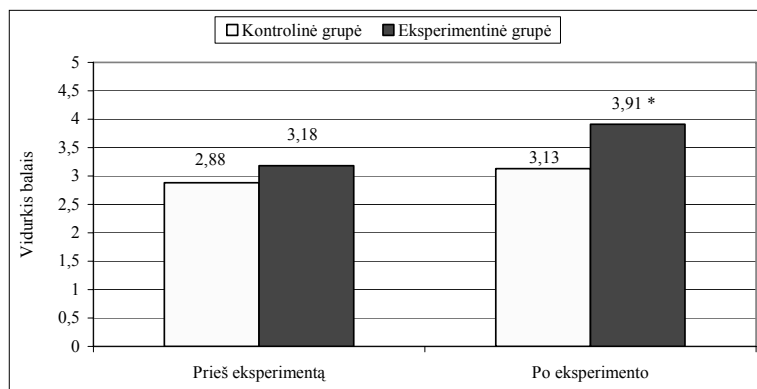
2 pav. Eksperimentinės ir kontrolinės grupės dekodavimo įgūdžio pokyčiai

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



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

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



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

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

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

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

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

REZULTATŲ APTARIMAS

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

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

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

IŠVADOS

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

LITERATŪRA

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Šarūnas Šniras

Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

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

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

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

Keywords: competitive social skills, training program, basketball.

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

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

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