

## Bērnu motivācija nodarboties ar taekvondo

*Irēna Upeniece<sup>1</sup>, Pāvels Nazarovs<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Rīgas Stradiņa universitāte, Sporta un uztura katedra, Latvija

<sup>2</sup> Olimpiskais sporta centrs, Latvija

**Ievads.** Bērniem piemīt dabīga tieksme kustēties, un vecāku, skolotāju, ārstu, treneru uzdevums ir šo vēlmi atbalstīt, attīstīt, kā arī piedāvāt bērniem interesantu un atbilstošu fizisko aktivitāšu vai sporta veidu. Taekvondo ir sporta veids, kas palīdz attīstīt fiziskās un garīgās spējas. Īpaši nozīmīgi ir pievērst uzmanību konkrētu motīvu formulēšanai un veidošanai. Pētījuma rezultāti pozitīvi ietekmēs treneru darbu, piesaistot jaunus sportistus sporta veidā, kas ļoti harmoniski attīsta bērnu biomotorās spējas.

**Darba mērķis, materiāls un metodes.** Darba mērķis bija izpētīt bērnu motivējošos faktorus, izvēloties nodarboties ar taekvondo. Pētījumā tika iesaistīti 40 veseli bērni, kas nodarbojās ar taekvondo vecumā no 7 līdz 12 gadiem, ar dažādu fiziskās aktivitātes un fiziskās sagatavotības līmeni. Pētījumā tika izmantota zinātnieces A. V. Šaboltas metode un pētījuma autoru izveidotā aptauja par bērnu motivējošo treniņu procesa norisē. A. V. Šaboltas metode ietver 10 motīvkatēgorijas, kas atbilst noteiktiem aptaujā aktualizētiem izteikumiem.

**Rezultāti.** A. V. Šaboltas metode darbojas kā mērinstruments, kas balstīts uz izvēli starp pāros sargrupētiem spriedumiem. Galvenais nosacījums – katrs spriedums ir sapārots ar visiem citiem; kopsummā 10 motīvkatēgorijām ir 45 spriedumu pāri sapārošanai. Tādā veidā katra motīva-sprieduma izvērtēšana notiek 9 reizes un parādās iespēja ranžēt motīvus ballēs atkarībā no to izpausmes intensitātes. Katra izvēle tiek vērtēta no 1 līdz 3 ballēm atkarībā no tā, cik stipri viens spriedums ņem virsroku pār otru spriedumam: “nedaudz” – 1 balle, “pietiekami” – 2 balles, “ļoti izteikti” – 3 balles. Par atbildi “nezinu” balles netiek piešķirtas. Tiek saskaitīta ballu summa par katru motīvu. Maksimālā summa vienam motīvam nepārsniedz 27 balles.

Emocionālās baudas motīvs – 19,57%; sociālās pašapliecināšanās motīvs – 6,86%; fiziskās pašapliecināšanās motīvs – 9,86%; sociāli emocionālais motīvs – 8,57%; sociāli morālais motīvs – 12,57%; sporta sasniegumu motīvs – 17,29%; sporta izzinošais motīvs – 9,57%; racionāli gribošais (rekreācijas) motīvs – 5,57%; profesionālās darbības sagatavošanās motīvs – 7,43%; pilsoniski patriotiskais motīvs – 10,43%. Bērni (turpmāk respondenti) aptaujā aktualizēja, ka treniņu process aizraujošs, ja pamatdaļa ir veidota “sacensību veidā” (darbs pāros, ar boksa maisu) (42%) un “spēles veidā” (57%). Aptaujas rezultātā bija konstatēts, ka svarīgākais motivējošais faktors, nodarbojoties ar taekvondo, ir iespēja iemācīties prasmīgi aizsargāt sevi (68%), otrā vietā ir fiziskā attīstība (63%).

### **Secinājumi.**

- Galvenie bērnu motīvi nodarboties ar taekvondo:
  - a) emocionālās baudas motīvs,
  - b) sporta sasniegumu motīvs,
  - c) sociāli morālais motīvs,
  - d) pilsoniski patriotiskais motīvs u. c.
- Respondentiem vecumā no 7 līdz 12 gadiem interesantākā, emocionāli pozitīvi ietekmējošā treniņu sastāvdaļa ir interaktīvā spēle.
- Respondentiem patīk, ka treniņu pamatdaļā ir iekļauti sacensību elementi, kā arī darbs pāros, darbs ar speciāliem rīkiem (boksa maisu, ķepām, cimdiem u. tml.), kā arī ļoti svarīga un neatņemama taekvondo treniņu sastāvdaļa ir iespēja apgūt paš aizsardzības paņēmienus.
- Respondenti atzīmējuši, ka taekvondo treniņi palīdz viņiem sasniegt dzīves mērķus, pilnveidot sevi gan fiziski, gan garīgi.