ISSN 2029–1701 (print)
ISSN 2335–2035 (online)

Mokslinių straipsnių rinkinys
VISUOMENĖS SAUGUMAS IR VIEŠOJI TVARKA
PUBLIC SECURITY AND PUBLIC ORDER
2014 (11) Scientific articles

SAMBO IMTYNININKŲ SPECIFINIŲ ASMENYBĖS SAVYBIŲ ANALIZĖ VARŽYBŲ METU

Edmundas Štarevičius*

Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Valstybės sienos apsaugos katedra
V. Putvinskio g. 70, LT"44211 Kaunas
Telefonas (8"37) 303669
Elektroninis paštas: edma.star@mruni.eu

Timas Petraitis**

Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Humanitarinių mokslų katedra
Putvinskio g. 70, LT 44211 Kaunas
Telefonas 303664
Elektroninis paštas:
timas.petraitis@gmail.com

Anotacija. Straipsnyje nagrinėjama savigynos imtynininkų specifinių asmenybės savybių: varžybinio emocinio pastovumo, psichinės savireguliacijos skirtumai lyties, sporto šakos, pasiektų rezultatų, treniruočių stažo bei amžiaus aspektais. Apklausoje dalyvavo 96 respondentai – 2012 m. Lietuvos sambo čempionato dalyviai. Iš jų: 30 sportininkų vyrai – sportinio sambo atstovai, 36 moterys – sportinio sambo varžybų dalyvės ir 30 sportininkų vyrai – kovinio sambo dalyviai. Tyrimo eigoje buvo nustatyta: sportiniu sambo užsiimantys vyrai geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išorės trukdžiams prieš ir varžybų metu, Lietuvos Respublikos rinktinėje esančios ar buvusios moterys labiau pasiduoda emocijoms prieš ir varžybų metu nei rinktinėje nebuvusios sportininkės, priklausantys ar priklausę rinktinei sportininkai geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išoriniams trukdžiams, sportiniu sambo užsiimantys vyrai, kurie sportuoja mažiau nei 11 metų prasčiau susikaupia, planuoja savo veiksmus ir sunkiau atitrūksta nuo išorės trukdžių prieš ir varžybų metu.

Pagrindinės sąvokos: specifinės asmenybės savybės, varžybinis emocinis pastovumas, psichinė savireguliacija, savigynos imtynės.

ĮVADAS

Policija ir sportas visais laikais buvo tarpusavyje neatsiejami. Tarpukario laikotarpiu Lietuvoje labai rūpintasi policijos pareigūnų fiziniu pasirengimu: daug dėmesio skirta džiudžitsu ir šaudymo iš tarnybinio ginklo pratyboms[1].

1990 m. atkūrus Lietuvos nepriklausomybę, pradėta rengti vidaus reikalų sistemos taikomųjų sporto šakų pirmenybes: dziudo, sambo, šaudymo, penkiakovės ir kt. Nors policijos sportas nepriskiriamas prie profesionalaus, tačiau mūsų šalį įvairiose tarptautinėse policijos varžybose atstovavo profesionalūs sportininkai kurie vėliau tapo Europos, Pasaulio,

[1] Autorių gr.: Bataitytė, R. Ir kt. Sportas Lietuvos policijoje. Vilnius, 2011.

Olimpinių žaidynių prizininkais ir nugalėtojais: D. Gudzinevičiūtė, E. Krungolcas, A. Zadneprovskis.

Daugelyje Pasaulio šalių dvikovinės sporto šakos (arba jų veiksmų technika): dziudo, karate, džiudžitsu, sambo yra įtrauktos į policijos rengimo programas. Dziudo ir sambo technikos veiksmai vyrauja Mykolo Romerio universiteto, Viešojo Saugumo fakulteto kovinės savigynos studijų dalyko programoje. Pedagoginė praktika rodo, kad kovinės savigynos veiksmų techniką geriau įsisavina studentai, turintys sambo ar dziudo treniruočių stažą. Svarbu, kad besitreniruojantys būsimieji pareigūnai dalyvautų varžybose, taip jie pasitikrins savo įgytų žinių, įgūdžių ir fizinių gebėjimų pritaikymą dvikovos sąlygomis. Varžybos stimuliuoja reguliarų treniruočių darbą ir yra savotiškas egzaminas bei pati efektyviausia priemonė moralinėms valios savybėms (atkaklumui, pergalės siekimui, drąsai, savitvardai ir pan.) ugdyti, nepakeičiama priemonė asmenybei auklėti[2].

Siekimas aukštų rezultatų iš sportininko reikalauja ne tik fizinių, bet ir psichinių pastangų. Yra nemažai pavyzdžių, kai stipresnis sportininkas ar komanda pralaimi svarbų susitikimą silpnesniam varžovui. Anot Palaimos pralaimėjimo priežastis gali būti nepakankama sportininkų psichologinė parengtis[3].

Sportininko psichologinis rengimas priklauso nuo sporto šakos specifikos (taisyklių, technikos – taktikos veiksmų). Šiame darbe mes pasirinkom savigynos imtynes (sambo), todėl, kad imtynininkams varžybų metu tenka didelis psichinis krūvis[4], sportininko varžybinė sėkmė daug priklauso nuo gebėjimo reguliuoti savo psichinę būseną prieš kovą bei kovos metu.

Savigynos imtynės tai ne olimpinė sporto šaka, kurios varžybos vykdomos pagal dvi kryptis: sportinę ir kovinę. Sportinių savigynos imtynių varžybų taisyklės apima metimų, skausmingų bei išlaikymų veiksmų techniką. Kovinės savigynos imtynių technikos veiksmų panaudojimas varžybų taisyklėse yra žymiai platesnis: leidžiama naudoti visus technikos veiksmus kaip ir sportinių savigynos imtynių varžybų taisyklėse, papildomai leidžiami smūgiai rankomis, kojomis, galva, smaugimai.

Žinant šios sporto šakos abiejų krypčių taisyklių skirtumus, kurie manoma gali įtakoti sportininkų psichinę būseną bei jų sportinės veiklos rezultatą, mes suskirstėme tiriamuosius į

[2] Eigminas, P. Mokykimės Sambo. Vilnius: VUL. 1997. p. 139.
[3] Palaima, J. Sportininkų psichologinis ruošimas varžyboms. Kaunas: LKKI, 1976.
[4] Liaugminas, A. (Sudarytojas). Graikų-Romėnų imtynės. Kaunas LKKA, 2007.

tris grupes: sportiniu sambo užsiimantys vyrai ir moterys bei koviniu sambo užsiimantys vyrai.

Sportininko pasiekimai labai priklauso nuo asmenybės savybių tokių kaip: emocinis pastovumas, tvirtumas, siekimas dominuoti, ryžtas, savikontrolė, pasitikėjimas savimi, minimali psichinė įtampa[5].

Dalis autorių pažymi, kad asmenybės savybės pasireiškiančios varžybų metu greičiau kinta, yra plastiškesnės, todėl jas pavadino specifinėmis sportininko asmenybės savybėmis (SSAS)[6]. Šios savybės formuojasi ir vystosi varžybinėje ir treniruočių veikloje.

SSAS susideda iš varžybinio emocinio pastovumo (VEP), psichinės savireguliacijos (PS), varžybinės motyvacijos (VM) ir stabilumo (atsparumo kliūtims) (S).

Varžybinis emocinis pastovumas (VEP) — tai gebėjimas išlaikyti palyginti pastovų dvasios tvirtumą sudėtingomis sportinės kovos, rengimosi jai sąlygomis ir aplinkybėmis[7].

Psichinė savireguliacija (PS) — tai sportininko mokėjimas atsipalaiduoti, mažinti psichinę įtampą, valdyti savo psichinius vyksmus[8].

Varžybinė motyvacija (VM) — varžybinės veiklos skatinimo procesas, kurį sukelia įvairūs motyvai[9].

Stabilumas (atsparumas kliūtims) (S) — psichinio patikimumo požymis, kuris rodo, jog sportininkas, nepaisydamas gausybės trukdančių vidinių ir išorinių veiksnių yra budrus per visą sportinės kovos procesą[10]. Pateikiame VEP ir PS teigiamas ir neigiamas SSAS (1ir 2 lentelės).

1 lentelė. Varžybinis emocinis pastovumas

Teigiamos savybės	Neigiamos savybės
Tolygus emocinis fonas varžybų metu. Išoriniai dirgikliai vertinami blaiviai, racionaliai. Emocinė būsena netrukdo sportininko pasirinktam technikos - taktikos veiksmų plano įgyvendinimui. Optimalus sportininko psichinės energijos lygis priešstartinėje situacijoje ir kovos eigoje. (3)	Dideli emocinio fono pokyčiai varžybų metu. Išoriniai dirgikliai iššaukia stiprias emocines reakcijas. Emocinė būsena trukdo sportininko pasirinktam technikos - taktikos veiksmų plano įgyvendinimui. Neracionalus psichinės energijos eikvojimas gali sportininką išsekinti prieš kovą.

[5] Стресс и тревога в спорте: Международный сб научных статей. / Сост. Ю. Л. Ханин – М. 1983.
[6] Стресс и тревога в спорте: Международный сб научных статей. / Сост. Ю. Л. Ханин – М. 1983.; Meidus, L. (Red.) Individualių sporto šakų sportininkų psichologinis ruošimas. Vilnius: Respublikinis sporto metodikos kabinetas, 1986.
[7] Stonkus, S. Sporto terminų žodynas. Kaunas: LKKI. 1996.
[8] Stonkus, S. Sporto terminų žodynas. Kaunas: LKKI. 1996.
[9] Meidus, L. (Red.) Individualių sporto šakų sportininkų psichologinis ruošimas. Vilnius: Respublikinis sporto metodikos kabinetas, 1986.
[10] Ten pat.

2 lentelė. Psichinė savireguliacija

Teigiamos savybės	Neigiamos savybės
Sportininkas moka psichiškai nuteikti save prieš kovą, per pertraukas tarp kovų ir kovos metu. Moka planuoti, analizuoti ir kontroliuoti savo veiksmus, vadovaujasi nustatytu technikos - taktikos veiksmų planu. Esant būtinybei, geba perkelti mintis nuo stresinės situacijos. Susikaupti kovai	Nepakankamai moka psichiškai nuteikti save prieš kovą, per pertraukas tarp kovų ir kovos metu. Nepakankamai moka planuoti, analizuoti ir kontroliuoti savo veiksmus, vadovautis nustatytu technikos - taktikos veiksmų planu. Negeba perkelti mintis nuo stresinės situacijos. Susikaupti kovai.

Išanalizavę užsienio ir lietuvių mokslinę literatūrą, aptikome keletą darbų susijusių su mūsų straipsnio tema[11], tačiau tik vienas autorius atliko išsamesnius tyrimus artimus mūsų darbo tematika.

1983 metais rusų mokslininkas Milman V.[12] ištyrė įvairių sporto šakų atstovų specifines sportininkų asmenybės savybes (SSAS).

Mūsų darbo naujumas pasireiškė tuo, kad pirmą kartą šis tyrimas buvo atliktas tarp Lietuvos sambo imtynininkų. Taip pat pirmą kartą buvo lyginami SSAS komponentų skirtumai tarp amžiaus, treniruočių stažo ir lyties.

Tyrimo tikslas – nustatyti savigynos imtynininkų Specifines sportininkų asmenybės savybių (SSAS) komponentus: varžybinio emocinio pastovumo (VEP) ir psichinės savireguliacijos (PS) skirtumus lyties, sporto šakos, pasiektų rezultatų, treniruočių stažo bei amžiaus aspektais.

Tyrimo metodika. Metodai: mokslinė literatūros analizė, anketinė apklausa, matematinė statistinė analizė.

Tiriamieji: tyrimas buvo atliekamas 2012 metais, Lietuvos savigynos čempionato metu, Varžybų dalyviams valandą prieš varžybas buvo išdalintos anketos, į kurias reikėjo atsakyti varžybų metu. Taupydami sportininkų pasirengimo kovai skirtą laiką, pasirinkome nedidelės apimties anketą, kurią sudarėme pagal Milman V.[13] klausimyną iš 12 klausimų (6 klausimai įverinti varžybinį emocinį pastovumą (VEP) ir 6 klausimai nustatyti sportininko psichinę savireguliaciją (PS)).

[11] Martens, R. Sporto psichologijos vadovas treneriui. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras, 1999.; Meidus, L. (Red.) Individualių sporto šakų sportininkų psichologinis ruošimas. Vilnius: Respublikinis sporto metodikos kabinetas, 1986; Palaima, J. Sportininkų psichologinis ruošimas varžyboms. Kaunas: LKKI, 1976; Стресс и тревога в спорте: Международный сб научных статей. / Сост. Ю. Л. Ханин – М. 1983.
[12] Стресс и тревога в спорте: Международный сб научных статей. / Сост. Ю. Л. Ханин – М. 1983.
[13] Ten pat.

Apklausoje dalyvavo 96 respondentai – 2012 m. Lietuvos sambo čempionato dalyviai. Iš jų: 30 sportininkų vyrai – sportinio sambo atstovai, 36 moterys – sportinio sambo varžybų dalyvės ir 30 sportininkų vyrai – kovinio sambo dalyviai. Siekdami įvykdyti tyrimo tikslą, turėjome nustatyti sportininkų amžių, treniruočių stažą ir priklausomybę Lietuvos rinktinei. Šiuos duomenis galima rasti (3ir 4 lentelėse).

3 lentelė. Sportininkų amžius ir treniruočių stažo duomenis

Sportininkai	Amžiaus vidurkis, (min-max)	Treniruočių stažo vidurkis, (min-max)
Vyrai (sport. sambo), N=30	24,53±5,34; (17-48)	10,90±7,59; (1-35)
Moterys (sport. sambo), N=36	20,61±3,39; (15-28)	6,42±4,59; (1-18)
Vyrai (kov. sambo), N=30	24,33±7,48; (14-51)	9,00±7,54; (1-33)

4 lentelė. Sportininkų pasiskirstymą pagal priklausymą Lietuvos rinktinei

Sportininkai	Priklauso šiuo metu	Priklausė	Nepriklausė
Vyrai (sport. sambo), N=19	1 (5,3%)	7 (36,8%)	11 (57,9%)
Moterys (sport. sambo), N=32	8 (25%)	8 (25%)	16 (50%)
Vyrai (kov. sambo), N=24	1 (4,2%)	7 (29,2%)	16 (66,7%)

Tyrimo rezultatai. Šiame tyrime buvo siekiama palyginti specifines imtynininkų asmenybės savybes (VEP ir PS) bei jų skirtumus lyties, sporto šakos, pasiektų rezultatų, treniruočių stažo bei amžiaus aspektais. Surinkti anketiniai duomenys buvo analizuojami statistine programa SPSS (16 versija). Asmenybės savybių palyginimui buvo naudojamas Stjudento t kriterijus. Analizuojant skirtumus pagal treniruočių stažą bei amžių, grupės buvo skeliamos perpus ties 50 procentiliu. Lentelėse esančių skaičių reikšmių paaiškinimas:

- lentelėje iš kairės esančio pirmo skaičiaus reikšmė reiškia aritmetinį vidurkį,
- po ženklo (±) esančio antro skaičiaus reikšmė reiškia standartinį nuokrypį,

- galutinė lentelės skiltis su pavadinimu „p kriterijaus reikšmė“ reiškia koreliacijos koeficientą,
- anketos autoriaus normatyviniai skaičiai – nuo – 2 iki +2.

Pavyzdys: 5 lentelė. VEP savybė: -3,5 – aritmetinis vidurkis; 2,71 – standartinis nuokrypis; 0,831 – koreliacijos koeficientas.

1. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal lytį.

Tyrime buvo apklaustos trys žmonių grupės: sportiniu sambo užsiimantys vyrai ir moterys bei koviniu sambo užsiimantys vyrai. Kadangi nebuvo apklaustos koviniu sambo užsiimančios moterys, palyginimui naudosime tik pirmų dviejų grupių duomenis (5 lentelė).

Patikrinus vyrų ir moterų specifinių asmenybių savybių skirtumus statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta.

5 lentelė. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal lytį

Specifinės asmenybės savybės	**Vyrai (sport. sambo), N=30**	**Moterys (sport. sambo), N=36**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,5±2,71	-3,64±2,53	0,831
PS	-1,87±2,09	-2,16±2,42	0,631

2. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal sporto šaką.

Atlikus analizę, nenustatyta statistiškai reikšmingų skirtumų tarp vyrų sportuojančių sportinį sambo ir kovinio sambo atstovų, lyginant VEP savybę (p=0,964), tačiau buvo nustatytas skirtumas PS savybės atveju (p=0,018) (6 lentelė).

6 lentelė. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal sporto šaką

Specifinės asmenybės savybės	Vyrai (sport. sambo), N=30	Vyrai (kov. sambo), N=30	p kriterijaus reikšmė
VEP	-3,5±2,71	-3,47±3,00	0,964
PS	-1,87±2,09	-3,30±2,45	**0,018**

Sportiniu sambo užsiimantys vyrai geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išorės trukdžiams prieš ir varžybų metu nei vyrai, užsiimantys koviniu sambo.

3. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal pasiektus rezultatus.

Sportininkų pasiekimai buvo vertinami pagal tai ar jie priklauso (priklausė) Lietuvos Respublikos rinktinei ar ne. Manome, kad toks matavimas pagrįstas logika – jei jau sportininkas buvo kviečiamas į Lietuvos rinktinę, vadinasi jis pakankamai pasižymėjo sporte. Anketoje buvo prašoma pasirinkti vieną iš trijų variantų: „esu“, „buvau“, „niekada nepriklausiau“. Kadangi šiuo metu esančių rinktinėje kiekis apklaustųjų tarpe buvo nedidelis, tiriamuosius sugrupavome pagal tai ar jie: 1) yra ar kažkada buvo rinktinėje; 2) niekada nepriklausė.

3.1 Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir priklausymas rinktinei

Nenustatyta statistiškai reikšmingų skirtumų tarp vyrų užsiimančių sportiniu sambo specifinių asmenybės savybių pagal priklausymą Lietuvos rinktinei (7 lentelė).

7 lentelė. Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir priklausymas rinktinei

Specifinės asmenybės savybės	**Priklauso (-ė) rinktinei, N=8**	**Nepriklausė rinktinei, N=11**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,62±2,38	-2,73±2,19	0,408
PS	-1,00±2,44	-2,55±1,80	0,131

11 tiriamųjų iš 30 nenurodė savo priklausymo rinktinei, todėl analizė buvo atlikta tik su 19 tiriamųjų rezultatais.

3.2 Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir priklausymas rinktinei.

Atlikus analizę, PS savybės atžvilgiu statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta, tačiau buvo aptiktas skirtumas VEP savybės atžvilgiu. (8 lentelė).

8 lentelė. Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir priklausymas rinktinei

Specifinės asmenybės savybės	**Priklauso (-ė) rinktinei, N=16**	**Nepriklausė rinktinei, N=16**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-4,44±2,20	-2,94±2,43	**0,079**
PS	-1,44±2,39	-2,62±2,21	0,156

LR rinktinėje esančios ar buvusios moterys labiau pasiduoda emocijoms prieš ir varžybų metu nei rinktinėje nebuvusios sportininkės (p=0,079).

3.3 Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir priklausymas rinktinei.

Atlikus analizę, nustatytas vienas statistiškai reikšmingas skirtumas. Priklausantys ar priklausę rinktinei sportininkai geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išoriniams trukdžiams (p=0,023). (9 lentelė).

6 tiriamieji nepateikė duomenų apie priklausymą rinktinei.

9 lentelė. Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir priklausymas rinktinei

Specifinės asmenybės savybės	**Priklauso (-ė) rinktinei, N=8**	**Nepriklausė rinktinei, N=16**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,12±2,23	-3,81±3,31	0,603
PS	-2,12±1,72	-4,31±2,57	**0,023**

4. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal treniruočių stažą.

Kaip jau minėta aukščiau, grupės buvo dalijamos pusiau ties 50 procentiliu. Sportiniu sambo užsiimančių vyrų grupėje – 11 metų, sportinių sambo užsiimančių moterų – 6 metai, koviniu sambo užsiimančių vyrų – 8 metai.

4.1 Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir treniruočių stažas.

Atlikus analizę, buvo nustatytas vienas statistiškai reikšmingas skirtumas. Sportiniu sambo užsiimantys vyrai, kurie sportuoja mažiau nei 11 metų prasčiau susikaupia, planuoja savo veiksmus ir sunkiau atitrūksta nuo išorės trukdžių prieš ir varžybų metu (10 lentelė).

10 lentelė. Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir treniruočių stažas

Specifinės asmenybės savybės	**Treniruočių stažas < 11, N=17**	**Treniruočių stažas >=11, N=13**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,53±2,96	-3,46±2,47	0,947
PS	-2,53±1,62	-1,00±2,38	**0,046**

4.2 Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir treniruočių stažas.

Atlikus analizę, tarp moterų užsiimančių sportiniu sambo treniruočių stažo statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta (11 lentelė).

11 lentelė. Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir treniruočių stažas

Specifinės asmenybės savybės	**Treniruočių stažas < 6, N=19**	**Treniruočių stažas >=6, N=17**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,11±2,68	-4,24±2,27	0,185
PS	-2,63±2,33	-1,59±2,47	0,202

4.3 Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir treniruočių stažas.

Atlikus analizę, tarp vyrų užsiimančių koviniu sambo statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta (12 lentelė).

12 lentelė. Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir treniruočių stažas

Specifinės asmenybės savybės	**Treniruočių stažas < 8, N=15**	**Treniruočių stažas >=8, N=14**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-4,13±3,24	-2,71±2,75	0,217
PS	-3,40±2,58	-3,50±2,17	0,911

1 tiriamasis nenurodė savo treniruočių stažo.

5. Specifinių asmenybės savybių skirtumai pagal amžių.

Amžiaus grupės taip pat buvo sudaromos skelianti per 50 procentilį. Sportinis sambo vyrai – 25 metai, sportinis sambo moterys – 21 metai, kovinis sambo vyrai – 23 metai.

5.1 Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir amžius.

Atlikus analizę, tarp užsiimančių sportiniu sambo vyrų amžiaus grupių statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta (13 lentelė).

13 lentelė. Vyrai užsiimantys sportiniu sambo ir amžius

Specifinės asmenybės savybės	**Amžius < 25, N=15**	**Amžius >=25, N=15**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,33±3,13	-3,67±2,32	0,743
PS	-2,07±1,62	-1,67±2,52	0,611

5.2 Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir amžius.

Atlikus analizę, tarp užsiimančių sportiniu sambo moterų amžiaus grupių statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta (14 lentelė).

14 lentelė. Moterys užsiimančios sportiniu sambo ir amžius

Specifinės asmenybės savybės	**Amžius < 21, N=19**	**Amžius >=21, N=17**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-3,74±2,60	-3,53±2,52	0,810
PS	-2,26±1,91	-2,00±2,95	0,751

5.3 Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir amžius.

Atlikus analizę, tarp užsiimančių koviniu sambo vyrų amžiaus grupių statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta (15 lentelė).

15 lentelė. Vyrai užsiimantys koviniu sambo ir amžius

Specifinės asmenybės savybės	**Amžius < 23, N=15**	**Amžius >=23, N=15**	**p kriterijaus reikšmė**
VEP	-2,93±2,54	-4,00±3,40	0,339
PS	-3,33±2,71	-3,27±2,25	0,942

REZULTATŲ APTARIMAS

Apibendrinant tyrimo rezultatus, nustatėme keletą statistiškai reikšmingų skirtumų, kuriuos ir aptarsime.

Mes manome, kad sportiniu sambo užsiimantys vyrai (-1,87±2,09) geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išorės trukdžiams prieš ir varžybų metu todėl, kad šios sporto šakos taisyklės yra saugesnės dalyvių atžvilgiu ir tikimybė susižeisti varžybų metu yra mažesnė negu koviniu sambo užsiiminėjantiems vyrams (-3,30±2,45).

Sportininkų asmenybės savybių skirtumus tarp lyčių nagrinėjo Ogillvie (1976) ir nustatė, kad moterų valia silpnesnė, jos įtaresnės, labiau priklausomos nuo grupės nuomonės, aukštesnis jų nerimo lygis[14].

LR rinktinėje esančios ar buvusios moterys (-4,44±2,20) labiau pasiduoda emocijoms prieš ir varžybų metu nei rinktinėje nebuvusios sportininkės (-2,94±2,43), nes norint išlaikyti šalies rinktinės nario poziciją, sportininkė privalo iškovoti ne žemesnę kaip trečiąją vietą, o atstovauti šalį tarptautinėse varžybose gali tik čempionė. Reiškia, kad LR rinktinės narės

[14] Martens, R. Sporto psichologijos vadovas treneriui. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras, 1999.

numato sau sudėtingesnę užduotį, kuri sportininkėm gali sukelti didesnę psichinę įtampą. VEP p kriterijaus reikšmė (p=0,079).

Skirtingai nuo moterų, kovinio sambo LR rinktinės nariai (esami ir buvę) (-2,12±1,72) geba geriau susikaupti, moka planuoti, analizuoti ir kontroliuoti savo veiksmus, vadovaujasi nustatytu technikos - taktikos veiksmų planu, yra atsparesni išoriniams trukdžiams todėl, kad šių sportininkų pasitikėjimas savimi bei treniruočių ir varžybinė patirtis yra didesnė, nei sportininkų, kurie nepriklauso LR rinktiniai (-4,31±2,57). Pasitikėjimas savimi yra unikalus sportininko patyrimas, sukaupiamas pasiekiant įvairius tikslus[15]. Kaip matome šie autoriaus darbai patvirtina mūsų tyrimo rezultatus.

Bump [16] (2000) teoriją galima pritaikyti vyrams užsiimantiems sportiniu sambo trumpesnį laiką, kurie sportuoja mažiau nei 11 metų (-2,53±1,62), todėl imtynininkai turintys mažesnę patirtį prasčiau susikaupia, planuoja savo veiksmus ir sunkiau atitrūksta nuo išorės trukdžių.

IŠVADOS

Sportiniu sambo užsiimantys vyrai geba geriau susikaupti, planuoti savo veiksmus, yra atsparesni išorės trukdžiams prieš ir varžybų metu.

Aptikta tendencija, jog Lietuvos Respublikos rinktinėje esančios ar buvusios moterys labiau pasiduoda emocijoms prieš ir varžybų metu nei rinktinėje nebuvusios sportininkės.

Kovinio sambo LR rinktinės nariai (esami ir buvę) geba geriau susikaupti, moka planuoti, analizuoti ir kontroliuoti savo veiksmus yra atsparesni išoriniams trukdžiams.

Sportiniu sambo užsiimantys vyrai, kurie sportuoja mažiau nei 11 metų prasčiau susikaupia, planuoja savo veiksmus ir sunkiau atitrūksta nuo išorės trukdžių prieš ir varžybų metu.

LITERATŪRA

1. Autorių gr.: Bataitytė R. Ir kt. Sportas Lietuvos policijoje. Vilnius, 2011.
2. Bump, L.A. Sporto psichologija treneriui. Vilnius, 2000, P.91.
3. Liaugminas, A. (Sudarytojas). Graikų-Romėnų imtynės. Kaunas LKKA, 2007.
4. Malinauskas R. Sporto psichologijos pagrindai. Kaunas LKKA 2003
5. Martens, R. Sporto psichologijos vadovas treneriui. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras, 1999.

[15] Bump, L.A. Sporto psichologija treneriui. Vilnius, 2000, P.91.
[16] Bump, L.A. Sporto psichologija treneriui. Vilnius, 2000, P.91.

6. Meidus, L. (Red.) Individualių sporto šakų sportininkų psichologinis ruošimas. Vilnius: Respublikinis sporto metodikos kabinetas, 1986.
7. Palaima, J. Sportininkų psichologinis ruošimas varžyboms. Kaunas: LKKI, 1976.
8. Stonkus, S. Sporto terminų žodynas. Kaunas: LKKI. 1996.
9. Стресс и тревога в спорте: Международный сб научных статей. / Сост. Ю. Л. Ханин – М. 1983.
10. Eigminas, P. Mokykimės Sambo. Vilnius: VUL. 1997. p. 139.

SAMBO WRESTLERS SPECIFIC PERSONALITY TRAITS ANALYSIS BEFORE THE COMPETITION

Edmundas Štarevičius*, Timas Petraitis**
Mykolo Romerio universitetas

S u m m a r y

The paper deals with wrestlers of sambo specific personality traits: competitive emotional stability, mental self-regulation differences between genders, sports, achieved results, training record and age aspects. The survey involved 96 respondents - 2012 m. Lithuanian sambo championship participants. Of these: 30 men athletes - sports sambo representatives, 36 women - sports sambo athletes participating in competitions and 30 men - Combat Sambo participants. In the course of the study it was found: men involved in sport sambo are able to concentrate better , plan their actions better , are more resistant to external disturbances before and during the competition, women that belong or belonged to the national team of the Republic of Lithuania are more likely to give in to emotions before and during the competition than those women who were not in the national team, athletes that belong or belonged in the national team are able to concentrate better, plan their actions better, are more resistant to external disturbances, sports sambo involved men who exercise less than 11 years concentrates worse, plan their actions worse and harder breaks away from outside distractions before and during the competition.

Keywords: specific personality characteristics, competition emotional stability, mental self-regulation, self-defense wrestling.

Edmundas Štarevičius*, Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Fizinio rengimo katedros lektorius. Mokslinių tyrimų kryptis: 07 Edukologija.
Edmundas Štarevičius*, Mykolas Romeris university, Faculty of Public security, Department of Physical Training, lecturer. Research interests: 07 Education.

Timas Petraitis*, Mykolo Romerio universitetas, Viešojo saugumo fakultetas, Humanitarinių mokslų katedra,lektorius. Mokslinių tyrimų kryptys: laimės studijos, įsitraukimas į kompiuterinius žaidimus ir agresyvumas.
Timas Petraitis*, Mykolas Romeris University, Faculty of Public security, Department of Humanitaran Science, lector. Research interests: happiness studies, computer game engagement and aggression