

UNIVERZITET U BEOGRADU
FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA



TEMA:
**MOTIVACIJA ZA BAVLJENJE FUDBALOM MLADIH UZRASTA OD
10 DO 16 GODINA**

ZAVRŠNI RAD

Student:

Aleksandar Marković

Beograd, 2017.

UNIVERZITET U BEOGRADU
FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA



TEMA:

**MOTIVACIJA ZA BAVLJENJE FUDBALOM MLADIH UZRASTA OD 10
DO 16 GODINA**

ZAVRŠNI RAD

Student:

Aleksandar Marković

Mentor:

doc. dr Ana Vesković-Đaković

Članovi komisije:

red. prof. dr Dušanka Lazarević

doc. dr Bojan Leontijević

Beograd, 2017.

SAŽETAK

U ovom radu je prikazana motivacija i karakteristike mladih koji se bave fudbalom, koji motivi se manifestuju u samoj igri i stepen izraženosti motivacije u fudbalu prema teoriji samodeterminacije. Prema teoriji samodeterminacije motivacija se proteže od amotivacije, preko ekstrinzičke regulacije (ponašanje uslovljeno nagradama i kaznama) do intrinzičke motivacije (učestvovanje u aktivnosti radi uživanja i zadovoljstva). Cilj ovog istraživanja je ispitivanje motivacije mladih fudbalera različitog uzrasta i dužine sportskog staža. Posmatranjem samih motiva za bavljenje fudbalom, sledećim redosledom su se ispoljili: motivi za samopotvrđivanjem, za postignućem, za samoaktualizacijom, za sticanjem, za priznanjem, statusom i prestižom, samostalnošću, motiv za društvom i mnogi drugi. Upitnikom Skala motivacije u sportu SMS-6, Maleta i saradnika (Maller et al., 2007), anketirano je 114 fudbalera uzrasta od 10 do 16 godina, u četiri različita fudbalska kluba, koje smo podelili u 2 grupe: mlađu (uzrast od 10 do 12 godina) i stariju (uzrast od 13 do 16 godina). U mlađoj grupi je anketirano 55, a u starijoj 59 fudbalera. Rezultati su pokazali dominantnost intrinzičke motivacije kod mladih za bavljenje fudbalom i nije pronađena značajnija razlika u motivaciji prilikom poređenja ove dve grupe. Smatramo da će dobijeni rezultati pomoći fudbalskim trenerima i stručnjacima, kako na pravi način motivisati što više mladih za uključivanje i nastavak bavljenja fudbalom.

Ključne reči: ekstrinzička regulacija, intrinzička motivacija, teorija samodeterminacije, fudbal

SADRŽAJ:

1. UVOD.....	4
2. MOTIVACIJA.....	5
2.1.Definicije motivacije.....	5
2.2. Podela motiva.....	6
2.3. Motivi koji se manifestuju u fudbalu.....	8
3. TEORIJA SAMODETERMINACIJE.....	10
3.1.Ekstrinzična motivacija.....	11
3.2.Intrinzična motivacija.....	12
3.3. Prelazak iz ekstrinzične u intrinzičnu motivaciju.....	13
4. ZNAČAJ MOTIVACIJE U FUDBALU.....	15
4.1. Istraživanja motivacije mladih sportista sa aspekta teorije samodeterminacije.....	16
5. KARAKTERISTIKE MLADIH UZRASTA OD 10 DO 16 GODINA.....	17
6. PREDMET, CILJ I ZADACI ISTRAŽIVANJA.....	19
7. METOD ISTRAŽIVANJA.....	20
7.1.Uzorak ispitanika.....	20
7.2.Varijable.....	20
7.3.Merni instrument.....	21
7.4.Procedura ispitivanja.....	21
7.5.Statistička obrada podataka.....	21
8. REZULTATI I DISKUSIJA.....	22
9. ZAKLJUČAK	25
10. LITERATURA.....	27
11. PRILOG.....	29

1.UVOD

Motivacija podrazumeva proces pokretanja aktivnosti čoveka, usmeravanje te aktivnosti na određene objekte i ka određenim ciljevima (Rot, 2010). Motivi predstavljaju pokretačku snagu i mogu biti unutrašnji, odnosno poticati od bioloških struktura i same ličnosti kao psihosocijalne strukture, i spoljašnji koji su inicirani spoljašnjim uticajima (nagrada, kazna, pohvala, priznanje, pretnja i dr.). Motivacija mladih za bavljenje fudbalom se, pre svega, zasniva na unutrašnjim motivima. Međutim, zbog samih zahteva koje fudbal nameće, istrajnost, upornost, ulaganje napora, odricanja, ograničenje spontanosti i drugih osujećenja, dolazi do slabljenja unutrašnje motivacije. Da bi se to izbeglo, treneri i roditelji uvode nove motivacione podsticaje (eksterne podsticaje). Preporučuje se da se ovi eksterni podsticaji koriste samo u adekvatnim situacijama i ne toliko često, da bi se izbeglo slabljenje unutrašnje motivacije i napuštanje fudbala. Da bi smo bolje razumeli suštinu motivacije mladih fudbalera za bavljenje fudbalom, moramo uzeti u obzir karakteristike njihovog razvojnog perioda. Mladi uzrasta od 10 do 16 godina se nalaze u periodu rane i srednje adolescencije. Ovaj razvojni period praćen je burnim biopsihosocijalnim promenama. Mladima bavljenje fudbalom može pomoći da prevaziđu poteškoće ovog perioda, tako što će na kvalitetan i zdrav način moći da potroše svoju energiju. Pored toga, poznato je, da je fudbalska igra *najvažnija sporedna stvar na svetu*, i da u njemu učestvuje veliki deo populacije širom sveta. Mladi imaju svoje idole koje prate i gledaju, i trude se da na sličan način izvode poteze koje oni izvode. Takođe, neka deca treniraju fudbal, jer je veliki broj mladih u tom sportu, i oni žele da budu deo tog kolektiva.

2. MOTIVACIJA

Motivacija je unutrašnji faktor koji podstiče i upravlja ljudskim ponašanjem. Predstavlja skup složenih karakteristika pojedinca bez kojeg se znanja i sposobnosti za određene aktivnosti uopšte neće ili će se slabo manifestovati (Rot, 2010). Kod dece i mladih se javljaju različiti motivi za bavljenje fudbalom i ostanak u istom. Neki od glavnih motiva su potreba za druženjem i prijateljstvom, potreba za igrom i zabavom, potreba da nauče nove veštine i da doživi uzbuđenje takmičenja.

2.1. Definicije motivacije

Pored motivacije, postoji još mnogo drugih faktora koji utiču na uspešnost jednog sportiste, ali je motivacija jedan od ključnih. Sportista može da poseduje niz značajnih karakteristika za postizanje uspeha, ali ukoliko nije motivisan na odgovarajući način, uspeha neće biti (Vesković, 2017). Razlikujemo mnoštvo različitih definicija kojima stručnjaci opisuju pojam motivacije. Neke od njih su sledeće:

Đurić definiše motiv kao *osobinu ličnosti koja pokreće i usmerava aktivnost osobe prema određenom cilju kojim se zadovoljava neka potreba* (Tubić, 2004, str. 124).

Hrnjica definiše motiv kao *unutrašnji faktor koji podstiče osobu ka određenom cilju* (Tubić, 2004, str. 124)

Prema Rotu, *motivi su unutrašnji činioci koji pokreću na aktivnost, usmeravaju je i njome upravljaju, radi ostvarenja određenih ciljeva. Motivi su organski i psihološki činioci koji pokreću ili usmeravaju ponašanje čoveka, i to kako njegove postupke tako i njegovo opažanje, učenje i mišljenje. Motivaciju definiše kao proces pokretanja aktivnosti radi ostvarenja određenih ciljeva, usmeravanja aktivnosti na određene objekte i regulisanja načina na koji će se postupati* (Rot, 2010, str. 258).

Pokretači aktivnosti su motivi koji svojim dinamičkim svojstvima utiču i na druge komponente ličnosti, koje nisu u direktnoj vezi sa motivacijom, pre svega temperament, znanje i sposobnosti.

2.2.Podela motiva

Motivi se mogu razlikovati prema više kriterijuma. Prema poreklu (Rot, 2010) motivi mogu biti urođeni-biološki (primarni) ili stečeni-socijalni (sekundarni). Stečeni ili socijalni se još mogu podeliti na lične ili personalne. Prema vrsti potrebe koje zadovoljavaju motive možemo podeliti na organske i psihološke, dok prema stepenu uvida osobe u svoje motive na svesne i nesvesne. Ako se uzme u obzir oblast u kojoj se ispoljavaju onda ih možemo podeliti na sportske, saznavne, političke i dr (Tubić, 2004).

Motivi se mogu deliti prema (Lazarević, 2001):

1. poreklu (urođeni i stečeni),
2. funkciji (organski, socijalni i personalni),
3. psihološkoj lociranosti (svesni i nesvesni),
4. trajnosti (stalni, periodični i privremeni),
5. širini uticaja (u odnosu na vrste ponašanja, doživljavanje situacije) i
6. intenzitetu (slabe i snažne).

Klasična, i najčešća podela motiva prema Rotu je na: biološke, socijalne i personalne (Rot, 2010).

Pod **biološkim motivima** se podrazumevaju oni koji počivaju na telesnim potrebama. Može se reći da su urođeni, iako ne mora da znači da će svi biološki motivi biti urođeni.

Socijalni motivi počivaju na psihološkim potrebama, i za njihovo ostvarenje je neophodan kontakt sa drugim ljudima i njihovo prisustvo.

Personalni motivi počivaju na psihološkim potrebama i usmereni su, pre svega na razvoj i interese vlastite ličnosti. Zavise prvenstveno od ličnog iskustva i razlikuju se kod različitih pojedinaca.

Razlika između motiva (Tubić, 2004) i njemu srodnih pojmova za koje mnogi smatraju da imaju sinonimno značenje:

- Motiv se razlikuje od potrebe, jer se pod potrebom podrazumeva nedostatak nečega, što podstiče osobu na aktivnost da bi taj nedostatak otklonila. Prema tome, potreba predstavlja izvor motiva, a ne sinonim za motiv.
- Motiv se razlikuje i od nagona. Nagoni su urođeni, dok potrebe mogu biti biološke ili psihičke prirode. Nagon možemo definisati kao svesno doživljenu potrebu, jer dovode do aktiviranja organizma kako bi se otklonio nedostatak nečega i smanjila napetost koju taj nedostatak izaziva.
- Motiv se takođe razlikuje i od instikta. Instikti su najčešće nepromenljivi, tako da se jedno aktivirano ponašanje kasnije odvija na isti način. Za razliku od nagona, instikti nisu podložni učenju, tj. socijalizaciji.
- Motiv se razlikuje od cilja. Pod ciljem podrazumevamo ono čemu čovek teži. Ciljevi su obično objekti ili situacije od kojih očekujemo da ćemo zadovoljiti našu potrebu. Ciljevi imaju motivacionu snagu, pokreću nas na aktivnost, ali se ne mogu izjednačavati sa motivima. Može se reći da motivi aktiviraju subsisteme u ličnosti koji su od značaja za ostvarenje nekog cilja.
- Motiv se razlikuje i od želje. Želje mogu, ali i ne moraju da nas podstaknu na aktivnost kako bismo ih ostvarili, dok motivi uvek imaju pokretačku komponentu. Veoma je bitno da želje koje sebi postavljamo budu realne.

Poseban značajan uticaj motivacije je u takmičarskom delu, odnosno neposredno pre i za vreme izvođenje neke sportske aktivnosti. To stanje uzbuđenosti sportiste dovodi do promena u organizmu, koje utiče na količinu napora koje se ulaže u aktivnosti. Faktor tenzije je u integrativnom odnosu sa motivacijom, jer što je veća motivacija, to je i veća tenzija (Lazarević, 2003). Neki autori za celokupno stanje povezanosti emocionalnih reakcija, motivacionog procesa i psihofizioloških promena nazivaju aktivacijom. Pod aktivacijom podrazumevamo stanje neposredne spremnosti pre i za vreme izvođenja sportske aktivnosti. Od nje zavisi nivo i jačina motivacije, aktiviranje organizma, energije, tenzije, i uzbuđenja koje se javlja u težnji za ostvarenjem nekog cilja..

Visok nivo aktivacije (Lazarević, 2003) se javlja kada postoji jaka želja za uspehom, tada dolazi i do povećanja nivoa uzbuđenosti. Međutim tu postoji sukob između jake želje za uspehom i postizanjem cilja, i sa druge strane straha da se taj cilj ne može ostvariti. To je stanje anksioznosti u kojem se ispoljava briga, strepnja, napetost, strah i slično.

Nizak nivo aktivacije (Lazarević, 2003) se može javiti usled nedostatka motivacije za ostvarenje nekog cilja koji se smatra manje vrednim, usled monotonije ili nekog vida umora. Takva situacija se može desiti u fudbalu kada su treninzi monotoni, takmičarska sezona duga, mladi sportisti se forsiraju na napore i duge treninge, i tada dolazi do prezasićenja i do gubitka motivacije.

Visoka aktivacija, kao i niska, mogu imati podjednako negativno dejstvo na izvođačku aktivnost, kao i na sam učinak. Zbog toga, je optimalan, odnosno srednji nivo na kontinuumu aktivacije najdelotvorniji. Srednji nivo aktivacije ima najveće pozitivne efekte na učinak zato što se tada javljaju efekti koji omogućavaju produžavanje neuralne transmisije. Da bi sportista mogao bio uspešan na sportskom takmičenju, na pravi način izveo neku motornu veštinu, i maksimalno uspešno demonstrirao fizičke i tehničko-taktičke potencijale, on mora da bude na optimalnom nivou aktivacije. U tome najveću ulogu ima trener, koji mora da bude svestan koliko je teško sportiste pred takmičenje dovesti u stanje optimalne aktivacije. Npr. *u fudbalskoj igri, prilikom izvođenja kaznenog udarca (penala), ukoliko igrač isuviše jako i nekontrolisano šutne loptu i promaši, on se nalazi u stanju velike napetosti, uzbuđenosti, koje ometa njegovu koordinaciju, koncentraciju, kontrolu pokreta. Sa druge strane, slabo izveden udarac i promašen penal, podrazumevaju da je nivo aktivacije bio ispod prosečnog, što nije dovoljno kako bi se postigao pogodak.* Na osnovu ovog primera, možemo zaključiti, da prilikom izvođenja ovakvog vida sportske veštine, nivo aktivacije mora biti optimalan, kako bi uspešno izveli ovu motornu radnju.

2.3.Motivi koji se manifestuju u fudbalu

U fudbalu postoji međusobno prožimanje različitih motiva. Veliku i značajnu grupu imaju socijalni motivi. Razlikujemo socijalne motive za čije zadovoljenje je neophodan kontakt sa drugim ljudima i neke koji su usmereni na sam dodir sa drugim ljudima. Takvi motivi su za

društvom i njemu srodni motivi-afilijativni, gregarni i za afektivnom vezanošću (Rot, 2010). Druga grupa je važna za socijalno ponašanje koji za svoju realizaciju zahtevaju društvene uslove ali su usmereni pre svega na vlastitu ličnost. To su motivi za samopotvrđivanjem, za postignućem, za samoaktualizacijom, za sticanjem i mnogi drugi (Tubić, 2004). Motiv za samopotvrđivanjem se manifestuje pre svega u težnji pojedinca da ga prizna sredina u kojoj trenira. Motiv za priznanjem, statusom i prestižom (Tubić, 2004) su oblici motiva za samopotvrđivanjem i oni se često ispoljavaju u sportskim aktivnostima, i predstavlja čest motiv za bavljenje sportom, jer motorički spretnija deca brže privuku naklonost drugara u kolektivu, pa čak u starijim uzrastima i naklonost suprotnog pola. Motiv za priznanjem je stečena ljudska potreba, gde nastojimo da nas drugi prihvate, da odobravaju naše postupke i izjave, i da nas poštuju. Motiv za sticanjem (Tubić, 2004) koji svakako ne bi trebao da bude jedan od glavnih motiva za bavljenjem sportom, ali smo svi svesni komercijalizacije u sportu i novca koji se u njemu nalazi, i naravno da svako ko je u ovom sportu, razmišlja i teži ka tome kako bi nekada mogao lepo da zaradi od toga, kao njihovi idoli. Aktivno bavljenje fudbalom u seniorskom uzrastu, a u nekim slučajevima i u mlađim kategorijama omogućava standard kakav druge profesije ne mogu, a nakon nekog vremena, što je igrač stariji, fudbal mu postaje profesija i posao. Za razliku od motiva za sticanjem, koji je isključivo spoljašnje prirode, motiv za samopotvrđivanjem (Tubić, 2004) je unutrašnja motivacija, koji se odnosi ka težnji da se potvrdimo kao ličnost, odnosno da potvrdimo vrednost vlastitog postojanja. Zbog toga je on i jedan od najznačajnijih motiva. Motiv za samostalnošću (Rot, 2010) je prisutan kod svih ljudi i teži se da budu konkretne ličnosti, da imaju izvesnu samostalnost odlučivanja. Motiv za samoaktualizacijom i stvaralaštvom (Rot, 2010) je povezan sa motivom za samostalnošću, i njihova karakteristika je da sportista nastoji da njegove sposobnosti i mogućnosti dođu do izražaja kroz samu aktivnost, da sportistu to ispunjava i čini zadovoljnim. U okviru motiva za društvom (Rot, 2010) razlikujemo više sporednih motiva-gregarni, afilijativni i za afektivnom vezanošću. Motiv za društvom se ogleda u tome da čovek teži da bude u društvu i da izbegava usamljenost. Afilijativni motiv se manifestuje u želji da se bude u neposrednom kontaktu sa pojedinim (konkretnim) osobama, da se sa njima udružuje u različitim aktivnostima. Motiv za afektivnom vezanošću (Rot, 2010) predstavlja potrebu za emocionalnom vezanošću, potrebu da ljudi vole i da budu voljeni. Gregarni motiv (Rot, 2010) je jako važan, zbog kojeg dolazi do uključivanja u različite vrste grupa, kao npr. sportski timovi, gde se teži da osoba bude član neke

grupe, da ga ta grupa prihvati i da se emocionalno veže za nju. Čest je i motiv za postignućem (Rot, 2010), kada osoba teži ka tome da ostvari svoj cilj, i što je još važnije, da taj cilj istakne pred drugima, radi lične afirmacije, potvrde vlastite kompetentnosti, ostvarivanja ugleda i statusa među osobama do čijeg nam je mišljenja stalo.

3. TEORIJA SAMODETERMINACIJE

Teorija samodeterminacije je jedna od teorija, koja motivaciju ne posmatra posebno ili kao intrinzičnu ili kao ekstrinzičnu, nego kao jednu celinu, sa postepenim prelazima.

Prvi tragovi ove teorije su još iz sredine sedamdesetih godina prošlog veka. Principi teorije samodeterminacije, tj. samoodređenja se primenjuju za razumevanje funkcionisanja ljudi u različitim oblastima života, npr. u sportu, zdravlju, obrazovanju, radu, roditeljstvu itd. Za ovu teoriju je ključno da ponašanje delom regulišu unutrašnje strukture koje nastaju tokom razvoja i da su ljudska bića po prirodi aktivna (Vesković, 2012). Samoodređenje predstavlja sklonost organizma ka zanimljivim aktivnostima, koja podstiču razvoj kompetentnosti i mogućnost adaptiranja u socijalnoj sredini. Takvi ljudi (samoodređeni) mogu samostalno da prave izbore i mogućnost uključenja u neku aktivnost.

Mladim sportistima koji tek počinju da se bave sportom predstavljaju se posebni zahtevi sa treningom, naporom, dužinom učenja, ograničavanjem spontanosti i slično, što mlade uglavnom ne dovodi do zadovoljstva i uživanja, zbog kojih su počeli da se bave sportom, i samim tim dolazi do slabljenja motivacije i čak napuštanja sporta. Kako bi treneri i roditelji izbegli napuštanje, počinju da koriste motivacione podsticaje kao što su nagrade, pohvale, kazne, pretnje, pa deca brzo nauče, po principu uslovljavanja, da očekuju nagrade i priznanja ako urade ono što trener od njih očekuje. Na taj način se deca uče da treniraju, učestvuju i da se takmiče zbog spoljašnjih izvora, koji često dovode do slabljenja unutrašnje motivacije (Bačanac, Petrović & Manojlović, 2009). Kako bi se to sprečilo, i kako bi se povećala unutrašnja motivacija za bavljenje sportom, treba obezbediti uslove za napredak u razvoju veštine kroz dobro planiran trening. Zatim, zadovoljiti motiv za druženjem, učiniti treninge i takmičenje uzbudljivim, a ne dosadnim i monotonim, razvijati kod dece realne poglede na uspeh, a uspeh definisati kao maksimalni trud i pobedu nad samim sobom, a ne kao pobedu nad protivničkom ekipom. Kada

sportista ne uživa u igri, ispoljavanje njegovih potencijala je ograničeno, i kada nestane uživanje u igri, nestaje i motivisanost. U procesu bavljenja sportom, delatnost sportiste je usmerena na to da svojim telom vlada svesno i da razvija svoje motoričke sposobnosti, kao i da svesno usavršava veliki broj slobodnih mišićnih pokreta na osnovu kojih može da rešava različite zadatke u bilo kom sportu i u bilo kojoj vrsti oblasti van sporta.

3.1. Ekstrinzična motivacija

Ekstrinzična (spoljašnja) motivacija je nametnuto ponašanje, koje ne dovodi do zadovoljavanja potreba, i do osećaja zadovoljstva, pri čemu osoba oseća manji ili veći pritisak za obavljanje aktivnosti za koju je ekstrinzično motivisana. O spoljašnjoj motivaciji govorimo kada je učestvovanje u nekoj aktivnosti: kontrolisano spoljašnjim razlozima (novac, nagrade, trofej, ocene), dok izostajanje spoljašnjih razloga izaziva prestanak učestvovanja ili manji intenzitet učestvovanja u aktivnosti. *Npr, kada roditelj motiviše svoje dete tako što mu kupi nove kopačke ili neku sportsku stvar koju želi ukoliko dobro igra na utakmici. I kada dete dobije toliko stvari da mu više ni jedna stvar ne treba, dolazi do slabljenja motivacije.* Koreni ekstrinzične motivacije za treniranje nekog sporta nalaze se u: instrumentalnoj vrednosti samog sporta, zadovoljenju važnih potreba, socijalnih normi i standarda. Spoljašnji motivi se zadovoljavaju rezultatom ili ishodom aktivnosti, tako da je za one koji su spoljašnje motivisani važniji cilj koji se postiže od same aktivnosti. Ukoliko dete trenira samo da bi igralo utakmice, onda je ono spoljašnje motivisano. Na treningu nije dovoljno skoncentrisano, ne udubljuje se preterano, tako da je usvojenost sadržaja vežbi površna, brzo ih zaborave, i kvalitet naučenog je znatno niži u odnosu na unutrašnju motivisanost. Spoljašnje motive nazivamo podsticajima, i oni mogu biti: kazne, nagrade, pohvale, takmičenja, uspeh ili neuspeh itd. Ekstrinzično motivisano ponašanje može da varira i da ima više izbora zasnovanih na ličnim vrednostima i željama (Vesković, 2012). Kod eksterne regulacije, *ponašanje je regulisano spoljašnjim sredstvima kao što su nagrade, kada sportista ide na trening jer želi da ga trener na utakmici ubaci u igru.* Introjektovana regulacija je *ponašanje koje se manifestuje kada sportista ide na trening kako bi izbegao osećanje krivice.* Identifikovana regulacija je ponašanje kada osoba cilj svesno vrednuje, a pri tome ima više izbora. *Npr, igrač na treningu radi vežbe koje inače ne voli da radi, ali zna*

da će na terenu biti bolji. Integrisana regulacija ima najveći stepen autonomije, slična je intrinzičnoj motivaciji, ali se od nje razlikuje po tome što *osoba izvodi aktivnost kako bi došla do cilja koji je odvojen od same aktivnosti, a ne zbog same aktivnosti i osećaja zadovoljstva.* Aktivnost koju sportista izvodi je izabrana. Npr, *sportista može da izabere da ne učestvuje u nekim aktivnostima u kojima uživa (izađe u noćni klub sa društvom), kako bi bio u boljoj formi na utakmici.* Takođe, ukoliko se bavimo sportom, samo da bismo zaradili novac ili kupili neku stvar od te nagrade, onda je to spoljašnja motivacija.

3.2. Intrinzična motivacija

Unutrašnju motivaciju možemo definisati kao unutrašnji razlog za učestvovanje u nekoj aktivnosti zbog: nje same i zbog uživanja koje se aktivnošću postiže bez namere da se dobije neka spoljašnja nagrada (Cox, 2005). Ishodište unutrašnje motivacije za treniranjem nekog sporta je u : radoznalosti, socijalizaciji, težnji za saznanjem, autonomijom, potrebi za ličnom kompetencijom. Predstavlja osnovni izvor energije za nekom aktivnošću, nastaje spontano i motiviše osobu bez korišćenja nagrada i kontrole sredine. Intrinzična motivacija podrazumeva da se osobe aktiviraju radi sopstvenog uživanja i zadovoljstva dok izvode određenu aktivnost (Vesković, 2012). Npr, *kada igrač trenira radi unutrašnjeg zadovoljstva koje oseća, dolazi na treninge jer voli zadatke koji mu se zadaju, daje sve od sebe kako bi što više stvari naučio, i teži ka sopstvenom usavršavanju veština i sposobnosti.* Aktivnost koja se izvodi treba biti do neke granice izazovna, jer ukoliko nije izazovna, nivo unutrašnje motivacije će opasti, i osobe neće biti motivisane. Faktori koji utiču na unutrašnju motivaciju u sportu su faktori društvene sredine i individualne razlike. Faktori društvene sredine su: sadržaj treninga, trener, uslovi u sportskom klubu, odnos porodice prema treniranju (podrška, podstrek), učestvovanje u igri, kulturne vrednosti. Individualne razlike mogu biti u: opažanju sposobnosti, opažanju autonomije, usmerenosti na cilj. Socijalna sredina može biti motivisajući faktor, ali u zavisnosti od značaja koji im pojedinac pripisuje. Kada je osoba unutrašnje motivisana za izvođenje neke motorne radnje, nju karakteriše dublja usvojenost sadržaja, bolja povezanost zadataka i njihovo duže pamćenje (Tubić, 2004). Usavršavanjem te motorne radnje, dolazi do njene automatizacije, i kasnije, bilo da je osoba unutrašnje ili spoljašnje motivisana ona će izvoditi tu motornu radnju bez većih problema. Postoji mogućnost da spoljašnji motivi prerastu u unutrašnje, ali isto tako

postoji mogućnost i da unutrašnji prerastu u spoljašnje, što ne bi bilo dobro. Iako se to često nesvesno dešava, uglavnom kod roditelja i trenera, mora se voditi računa o situacijama kada i kako motiviramo igrače, da ne bi došlo do kontra-efekta. Česti su slučajevi, kada deca izvođe aktivnost koja ih zadovoljava, i čini srećnima, a zatim dolazi do nesvesne greške roditelja ili trenera. Kada primete da deca postižu dobre rezultate kreću da ih previše nagrađuju kako bi dete nastavilo s tim putem, to onda ide u pogrešnom pravcu, jer se nakon nekog vremena gubi unutrašnja motivacija, prerasta u spoljašnju, gde dete nakon aktivnosti priželjkuje nagradu. Ukoliko ta aktivnost nije praćena nagradom, dete se neće baviti njom, ili će je izvesti bez zadovoljstva, sa kojim je ranije izvodilo.

3.3. Prelazak iz ekstrinzične u intrinzičnu motivaciju

Kao što postoji mogućnost da spoljašnji motivi prerastu u unutrašnje, tako postoji mogućnost i da unutrašnji prerastu u spoljašnje (Tubić, 2004). Kao prvo i osnovno trebamo obezbediti uslove sportisti za razvoj njegovih sportskih veština. Jer upravo ovaj razlog je jedan od osnovnih zbog kojeg deca i mladi ulaze u sport, i koji je takođe često zanemaren od strane trenera. Treniranje samo po sebi ne poboljšava veštine, već isključivo planirano i ciljano vežbanje to čini, gde svaki igrač u skladu sa svojim sposobnostima dobija adekvatne instrukcije. Ne znači da će sportista koji je bio dobar igrač biti i dobar trener. Trener instrukcije mora davati na pozitivan način kako bi one bile delotvorne. Važne komponente pozitivnog pristupa su trenerova iskrenost, realna očekivanja, nagrađivanje uloženog napora, pohvale, pružanje ohrabrenja itd. Bitno je da trener obezbedi da treninzi i takmičenja budu zabavni. Jer ukoliko nema zabave, treneri nesvesno guše motivaciju, a to se dešava kada treneri postupaju sa decom kao sa minijaturnim odraslima. Dečija pažnja kratko traje, sposobnosti im nisu potpuno razvijene, i trener treba da ima u vidu da će mladi često grešiti u izvođenju neke sportske veštine i da će njihovo ponašanje ponekad biti loše. Deca su srećna i zadovoljna samo kada i ona učestvuju u aktivnosti (utakmici), a ne kada sede na klupi i posmatraju. Deca će biti najsrećnija ako mogu da rade ono što im pričinjava zadovoljstvo, a mnogi dečaci i devojčice počinju da se bave sportom zbog unutrašnjih motiva. Deca ne vole i ne uživaju baš mnogo, ako ih neko ocenjuje, upoređuje, pa čak i ako znaju da postoji neka nagrada ili materijalna dobit u slučaju pobeđe (Lazarević, 2001). Za decu je mnogo veća korist

ukoliko se osećaju prijatno i zadovoljno, i ukoliko im sport ostavi mnoga lepa sećanja. Intrinzički izvori motivacije trebaju biti primarni, kako bi se motivacija održavala duže vreme. Trebamo podsticati i razvijati motivaciju kompetencije, potrebu za samoaktualizacijom i ostale unutrašnje izvore motivisanosti. Trener mora da zadovolji dečiju potrebu za druženjem, jer je i on jedan od primarnih motiva zbog kojih mladi ulaze u sport (Bačanac, Petrović & Manojlović, 2011). Jedan od načina može biti okupljanje i organizovanje nekih skupova i van treninga (rođendani, zabave, klupske žurke itd) ili da se sportistima obezbedi slobodno vreme u prostorijama kluba gde će oni moći neko vreme da provedu zajedno. Kao što je važno da treninzi i takmičenja budu zabavni, isto toliko je važno i da budu uzbudljivi, jer je uzbuđenje učestvovanja prirodna opojnost sporta i bitan je motiv zbog kojeg se ulazi u sport. Uzbuđenja nestaju ukoliko se na treninzima previše obnavljaju osnovni tehnički elementi, istina je da se oni moraju često vežbati, ali to ne znači da treninzi budu dosadni. Treninzi trebaju biti dinamični i uzbudljivi, koji uključuju sve sportiste, koji mogu sadržati i elemente nekog drugog sporta i na kojima se svakodnevna rutina može prekinutim nekim uzbudljivim takmičenjem između dve grupe sportista po sasvim drugačijim pravilima od svakodnevnih. Trener mora svojim sportistima da razvije realistične poglede na uspeh. U sportu nije uspeh pobediti protivnika, već je on samo jedan od razloga za bavljenje sportom. Trener ne sme da se fokusira samo na pobedu, jer tada zapostavlja druge potrebe mladih sportista. Pobjeda treba da se definiše sportistima, i da se naglasi da to nije cilj svake utakmice, nego da je pobjeda maksimalni trud sportiste u želji da poboljša svoje veštine. Ovo trener ne sme ni u jednom trenutku da zaboravi. Još jedan važan faktor je sticanje fizičke kondicije. Kako bi se ona stekla trener treba da planski organizuje treninge usmerene na povećanje fizičke spremnosti. Jedan od načina na koji trener može pomoći sportistima da steknu određenu fizičku kondiciju, jeste da nauči sportiste kako da sami procenjuju i prate nivo sopstvene kondicijske pripremljenost. Spoljašnji izvori motivacije, kao što su nagrade, trebaju da imaju svoje mesto u sportskom napredovanju, ali na određen način i u određenoj situaciji, kao jedan vid pojačavanje motivacije za još veće ulaganje napora i veću marljivost na treningu. Međutim, nagrada data za učestvovanje u sportskoj aktivnosti može da smanji motivisanost za dalje učestvovanje.

Kako bi se pojačala intrinzička motivacija (Lazarević, 2001), neophodno je da u toku sportske aktivnosti sportista doživljava uspehe, ne mora da znači da to mora biti pobjeda, već uspeh koji će povećati njegovo osećanje kompetencije. Sportistima treba dozvoliti preuzimanje veće

odgovornosti prilikom donošenja odluka i poštovanja pravila, npr. na sastanku pre utakmice od sportista tražiti da sami odrede način i postupke koji će omogućiti ekipi da dođe do uspeha. Na prikladan način treba isticati ulogu svakog sportiste i njegov lični doprinos uspehu ekipe. To doprinosi podsticanju osećanja samovrednosti, i njegov doprinos treba stalno isticati. Određivanje realnih ciljeva prema sposobnostima i uslovima takmičenja, jer nemaju svi sportisti sposobnost da budu vrhunski u izvođenju sportskih veština. Treneri trebaju da pomognu sportistima da ostvare realne ciljeve, koji su u skladu sa njihovim mogućnostima.

4. ZNAČAJ MOTIVACIJE U FUDBALU

Celokupan proces obučavanja mladih mora biti organizovan u skladu sa senzitivnim periodima kroz koje prolaze mladi sportisti, a jedan od vidova obučavanja je i rad usmeren na razvoj motoričkih sposobnosti (Radisavljević Janić, Milanović & Lazarević, 2012). Za većinu motoričkih sposobnosti senzitivni period započinje već u ranom detinjstvu i traje nekoliko godina. Zbog toga je izuzetno važno da treneri u sistematskom trenažnom procesu sa mladim sportistima od prvog dana, istovremeno sa tehničko-taktičkim obučavanjem, sprovode i rad na razvoju motoričkih sposobnosti kao i da ih motivišu da što bolje sprovode sportske treninge. Kada je treniranje uspešno, kod mladih sportista se razvija i motivacija za dalje bavljenje sportom. Osnovni cilj vežbanja u ovom periodu je da se ostvari što je moguće veće motorno, kretno iskustvo, koje se ostvaruje kroz igru sa vršnjacima, kroz sistematsko vežbanje, ali i kroz određena znanja o sportu i znanja na osnovu tekućih sportskih događaja u sredini koja ga okružuje. Kod mladih sportista motivacija treba da bude usmerena ka napredovanju deteta iz utakmice u utakmicu, iz treniga u trening, da shvate značaj treninga i fudbalske igre, kao i povezanost fudbalske igre sa nekim životnim stvarima. Treneri trebaju da motivišu mlade sportiste, da pružaju svoj maksimum na treningu i na utakmici, bez obzira na rezultat, i na taj način će moći konstantno da unapređuju svoje sposobnosti i sportisti koji su manje ili više talentovani biće sposobni da ispolje svoje kvalitete i maksimalne mogućnosti za koje su predodređeni. Motivacija je jedan od glavnih faktora za postizanje uspeha, a fudbal je takav sport da se nikada ne zna ko će biti pobednik do samog kraja igre, bez obzira koliko se nekome čini da je jedna ekipa bolja, dominantnija i nadmoćnija od druge. Ukoliko je ekipa snažno motivisana, a

igrački dosta slabija od protivničke kvalitetnije ekipe, sigurno će ostvariti pozitivan rezultat na kraju tog meča.

4.1. Prikaz istraživanja motivacije mladih sportista sa aspekta teorije samodeterminacije

Motivacija mladih za učestvovanje u sportskim aktivnostima je vrlo česta tema za istraživanje i postoji veliki broj radova koji su se bavili ovom problematikom. U ovom poglavlju ću pisati o istraživanjima sa aspekta teorije samodeterminacije.

U rezultatima studije (Amorose & Anderson-Bucher, 2007) izvedena su dva osnovna zaključka: a) Step en u kom sportisti opažaju trenera kao osobu koja podržava autonomiju, predstavlja značajan prediktor opažanja stepena zadovoljenja sve tri osnovne potrebe (potreba za autonomijom, kompetentnošću i povezanost sa drugima); b) Svaka od potreba predstavlja prediktor motivacije.

Mladenović i Trunić (2005) su sproveli istraživanje u kome je ispitan 21 košarkaš naše reprezentacije uzrasta 15 i 16 godina. Rezultati pokazuju da su intrinzički motivi u prvom planu, što je u skladu sa teorijskim pretpostavkama.

Istraživanja (Standage, et al., 2003) u kojima su ispitivani sportisti različitog uzrasta, koji su u sportske aktivnosti bili uključeni na različite načine, gimnastičarke koje se takmiče, univerzitetski sportisti, mladi na časovima fizičkog vaspitanja, uzrasta od 12 do 14 godina, i istraživanje (Ntoumanis, 2001) u kom su bili uključeni rekreativni sportisti, ukazuju na to da su svi oni intrinzično motivisani, tj. doživljavaju zadovoljstvo i uživaju u samom učestvovanjem u sportu, bez obzira na spoljašnje ciljeve (nagrada ili pobjeda). Sportske aktivnosti za njih predstavljaju optimalno izazovne aktivnosti kroz koje oni mogu da ispolje i realizuju svoje potencijale.

Lazarević (Lazarević, 2001) navodi rezultate istraživanja koje je još s kraja 70-ih godina sporevo Rajana. Prema dobijenim rezultatima fudbaleri koji su dobijali stipendiju ispoljavali su manji nivo intrinzičke motivacije od onih koji nisu dobijali stipendiju. Fudbal kao sport je u velikoj meri posebno vrednovan od spoljašnje motivacije, pre svega u pogledu snažnih zahteva za pobjedom. Zato treneri u tom sportu imaju tendenciju da koriste stipendiju kao sredstvo za

kontrolu ponašanja. U skladu sa tim i sportisti ističu da su “prisiljeni” da rade mnogo kako bi pobedili i zadržali stipendiju. Drugo objašnjenje ide u pravcu ugrožavanja svog samopoštovanja jer, ako ne ispuni očekivanja trenera i okoline, sportista biva podvrgnut poniženjima. U oba slučaja se radi o “kontrolnom” aspektu nagrade, koji je dominantniji od “informacionog”, i zato dovodi do smanjenja intrinzičke motivacije.

Istraživanje koje su sprovedi Vesković i Milanović (2011), učestvovalo je 227 mladih sportista oba pola, uzrasta od 15 do 18 godina. Ispitivali su stepen motivacije prema teoriji samodeterminacije u kojem su želeli da predvide pozitivne afektivne ishode. Pokazalo se da ispitanici u Srbiji ispoljavaju visok nivo pozitivnih afektivnih ishoda, ekstrinzičke motivacije sa većim stepenom autonomije i intrinzičke motivacije. Koncepti samodeterminacije su identifikovani kao značajniji prediktori pozitivnih afektivnih ishoda, na prvom mestu intrinzička motivacija i amotivacija. Rezultati ove studije osvetljavaju značaj motivacije za ostvarivanje pozitivnih afektivnih ishoda koje mladi mogu da ostvare kroz sport i ukazuju na mogućnost edukacije trenera.

Istraživanje koje je sproveo Wejnberger (Lazarević, 2001), je potvrdilo pretpostavku da ispitanici ispoljavaju veću intrinzičku motivaciju nakon pobeđe, tj posle uspeha, nego posle neuspeha. To pokazuje da uspeh korelira sa motivacijom.

5. KARAKTERISTIKE MLADIH UZRASTA OD 10 DO 16 GODINA

Ovaj period praćen je raznim bio-psiho-socijalnim procesima, što uzrokuje buran razvoj organizma, i baš u ovom periodu imamo najveći broj mladih koji napušta sport. Zbog toga je jako važno poznavati karakteristike ovog perioda kao i motivacije za bavljenja sportom. Poznato je da deca prolaze kroz period rane (od 10. Do 14. godine) i srednje (od 14. do 17. godine) adolescencije (Bačanac & Radovanović, 2005). Adolescencija je pojam koji se odnosi na period života između detinjstva i mladosti. Najvažnije promene se odnose na postepen, ali često buran razvoj sekundarnih polnih karakteristika, emocionalne nestabilnosti i teškoća u interpersonalnim odnosima. Pored fizioloških, za adolescenciju su karakteristične i emocionalne promene, promene stavova o načinu života i krize identiteta. Mladi u ovom periodu često menjaju sportove iz razloga što traže sport koji najviše odgovara njihovim potrebama, njihovoj prirodi, motivima i

očekivanjima. Bolje je da deca promene nekoliko sportova, nego da zbog negativnih iskustava, neuspeha ili razočarenja zauvek napuste sport. Istraživanja sprovedena još krajem 20.veka došla su do zaključka, da su razlozi i motivi za napuštanje sporta isti oni zbog kojih je dete i počelo da se bavi istim (Bačanac, Petrović & Manojlović, 2011). Zbog toga, kako bismo decu i mlade motivisali za dalje treniranje, moramo da razumemo i povežemo motivacije za ulazak u sport i njegovo napuštanje. Orlick (Bačanac, Petrović & Manojlović, 2011) je prema istraživanju u kojem je intervjuisao 32 dece, zaključio da su ona to učinila zbog negativnih iskustava sa sportskom sredinom i trenerima, jer nisu uopšte igrala ili su imala veoma malo igračko vreme, straha od neuspeha, osude drugih i bila su pod velikim psihičkim stresom. Starija deca u fazi puberteta, sport napuštaju zbog drugih interesovanja (sukob interesovanja). Važno je da deci sport bude zabavan, jer su upravo nedostatak zabave, kao i gubitak interesovanja najčešće navođeni razlozi za napuštanje sporta. Treneri trebaju da imaju u vidu da su oni odgovorni za kreiranje najvećeg broja razloga zbog kojih deca okreću leđa sportu. Neki od razloga su: nedostatak provoda i zabave, ne ulaženje u igru ili mala minutaža u igri, dosadni i jednolični treninzi, suviše teški i naporni treninzi, nedostatak uspeha i napredovanja, pojava drugih interesovanja, pre naglašena važnost takmičenja, loša komunikacija sa trenerom, gruba igra, povrede, nemaju podršku roditelja, treneri su loši pedagozi- ismevaju sportiste, vređaju, favorizuju bolje sportiste, itd. Trenerima treba da bude od centralne važnosti motivacija mladih za bavljenje sportom, kao i motivacija za napuštanje istog. Jer poznavajući ih, treneri mogu da planiraju svoje treninge tako da zadovolje potrebe sve dece, njihove motive, i da spreče napuštanje sporta. Kako bi treneri na pravi način poboljšali motivaciju, oni moraju znati da li to dete spada u grupu onih koji su u sportu prvenstveno zbog druženja, zbog uspeha i rezultata ili radi unapređenja svojih veština. Na taj način će treneri olakšati sebi posao i prilagoditi treninge prema individualnim potrebama svakog sportiste.

6. PREDMET, CILJ I ZADACI ISTRAŽIVANJA

PREDMET ISTRAŽIVANJA

Motivacija ima izuzetno veliki značaj i vidljiva je u gotovo svim aspektima sportske aktivnosti. Deca i mladi se uključuju u sport iz različitih motiva ali i sport daje mogućnost da se jedan te isti motiv zadovolji na različite načine. Ostanak u sportu i napuštanje sporta takođe zavisi od motivacije. Motivacija se menja sa uzrastom sportista. Da bi ostali u sportu, mladi moraju biti adekvatno motivisani. U nekim uzrastima mladi često prestaju da se aktivno bave sportom. Predmet ovog istraživanja je motivacija mladića za bavljenje fudbalom sa aspekta Teorije samodeterminacije. Prema ovoj teoriji motivacija je multidimenzioni konstrukt koji se proteže na kontinuumu od amotivacije, preko ekstrinzičke regulacije (ponašanje je regulisano spoljašnjim sredstvima – nagradama i kaznama) do intrinzičke motivacije (angažovanje u aktivnostima radi zadovoljstva i uživanja).

CILJ ISTRAŽIVANJA

Cilj istraživanja je ispitivanje motivacije mladih fudbalera različitog uzrasta i dužine sportskog staža.

ZADACI ISTRAŽIVANJA

Osnovni zadaci istraživanja su:

- Prikaz relevantne literature u oblasti motivacije u psihologiji sporta,
- Prikaz osnovnih postavki Teorije samodeterminacije,
- Prikaz rezultata dosadašnjih istraživanja,
- Ispitivanje razlika u motivima između mladih fudbalera različitog uzrasta i dužine sportskog staža.

7.METOD ISTRAŽIVANJA

U istraživanju su učestvovali mladi fudbaleri. Istraživanje je bilo neeksperimentalno, anketnog tipa, a kao glavni instrument je korišćena Skala motivacije u sportu SMS-6, Maleta i saradnika (Maller et al., 2007), koja je prilagođena za ispitanike iz naše sredine. U istraživanju su učestvovali mladi fudbaleri iz četiri različita fudbalska kluba.

7.1.Uzorak ispitanika

Za vreme istraživanja, anketirano je 114 mladih fudbalera uzrasta od 10 do 16 godina.

Istraživanje smo podelili u dve grupe i po broju ujednačene kategorije:

1. Pretpetlići (fudbaleri 10 godina starosti) + petlići (11 i 12 godina starosti) i
2. Pioniri (13 i 14 godina starosti) + kadeti (15 i 16 godina starosti).

Iz mlađe grupe je anketirano 55, a iz starije 59 fudbalera. Fudbaleri su dobrovoljno popunjavali upitnik koji je anoniman. Upitnik su mogli da popune svi igrači koji su članovi nekog fudbalskog kluba i koji trenutno aktivno treniraju, najmanje jednu polusezonu, odnosno ne manje od pola godine. Fudbalere sam lično anketirao pre ili posle ekipnih treninga u prostorijama fudbalskog kluba, čiji su članovi.

7.2. Varijable

U ovom radu varijable su podeljene u dve grupe: nezavisne i zavisne varijable. Zavisne varijable su varijable iz psihološkog prostora, a nezavisne varijable su godine starosti, sportski staž i uzrasna kategorija.

Nezavisne varijable:

- Godine starosti (od 10 do 16 godina);
- Sportski staž (jedini uslov je bio da treniraju fudbal duže od 6 meseci);
- Uzrasna kategorija (od 10 do 12 godina mlađa grupa i od 13 do 16 godina starija grupa)

Zavisne varijable:

- Amotivacija
- Eksterna motivacija
- Identifikovana i integrisana regulacija
- Introjektovana regulacija
- Intrinzična motivacija

7.3. Merni instrumenti

Za potrebe ovog istraživanja korišćen je upitnik, anketnog tipa. Kao glavni instrument korišćena je Skala motivacije u sportu SMS-6, Maleta i saradnika (Maller et al., 2007). Ispitanici su na početku anketiranja upisivali svoje godine starosti i dušinu sportskog staža, a zatim su po svojoj proceni ocenjivali ocenama od jedan do sedam: 1 - uopšte ne odgovara, 2 i 3 - malo odgovara, 4 - umereno odgovara, 5 i 6 - mnogo odgovara, 7 - sasvim odgovara odgovor; 18 razloga za bavljenje sportom, koji su im bili priloženi na upitniku.

7.4. Procedura ispitivanja

Ispitivanje fudbalera je sprovedeno u Beogradu, na teritoriji opštine Grocka u četiri različita fudbalska kluba, u periodu druge polovine jula i prve polovine avgusta meseca 2017. godine, u pripremnom periodu za narednu sezonu. Anketiran je svaki sportista koji je dobrovoljno pristao, trenira duže od šest meseci i ima od 10 do 16 godina. Ispitivač je na početku dao jasne instrukcije ispitanicima za popunjavanje ankete, i bio je prisutan u toku anketiranja. Dobijen je pristanak od strane svih trenera ekipa čiji su fudbaleri bili ispitanici, i pre ili posle treninga je sprovedeno anonimno ispitivanje u prostorijama kluba.

7.5. Statistička obrada podataka

U ovom istraživačkom radu je upotrebljena deskriptivna statistika (Min, Max, M, SD) za izračunavanje, opisivanje i prikazivanje osnovnih karakteristika motivacije i analiza varijanse

za nezavisne uzorke kako bi se ispitale razlike u motivaciji dve starosne grupe ispitanika. Dobijeni podaci su obrađeni u statističkom programu SPSS, 20.

8. REZULTATI I DISKUSIJA

Nedostajući podaci su izračunati metodom regresionog koeficijenta za nedostajuće vrednosti, za svaku skalu posebno. U ovom poglavlju su opisani deskriptivni parametri na Skali motivacije u sportu **SMS-6**.

Kao što se vidi u Tabeli 1, viša prosečna vrednost je dobijena na subskali Intrinzične motivacije, dok je najmanju prosečnu srednju vrednost zabeležila Amotivacija. Što znači da su mladi najviše motivisani za bavljenje fudbalom radi uživanja, unutrašnjeg zadovoljstva koje im pruža fudbal, igre, zabave, društva, razvoju motoričkih sposobnosti, osećaj koje pruža samo takmičenje itd. Rezultati su pokazali da je najmanji procenat njih demotivisan za treniranje.

Tabela 1. Deskriptivni pokazatelji dimenzija motivacije celog uzorka

	N	Min	Max	M	SD
Amotivacija	114	1,00	6,75	2,52	1,44
Eksterna motivacija	114	1,00	7,00	4,67	1,47
Identifikovana i integrisana regulacija	114	2,20	7,00	5,10	1,18
Introjektovana regulacija	114	2,33	7,00	5,35	1,18
Intrinzična motivacija	114	2,33	7,00	5,68	1,18

Potreba mladih da budu deo nekog kolektiva, kao i da zadovolje osnovne potrebe za autonomijom, kompetencijom i povezanosti sa drugima ih motiviše za uključivanje u sport i ostanak u sportu ukoliko se osećaju ispunjeno. Poznato je da je fudbal najpopularniji sport na svetu, i da ga igra najveći procenat svetske populacije. Zbog lepote i uzbuđenja koje stvara sama igra, veliki broj mladih želi da se uključi u sistem sporta i da bude deo tog kolektiva.

Jedan od zadataka ovog istraživanja je da se utvrdi da li postoji razlika u motivisanosti kod obe grupe ispitanika zbog čega je primenjena analiza varijanse za nezavisne uzorke (ANOVA). Međutim, kao što je prikazano u Tabeli 2, među grupama nije potvrđena značajna razlika u motivisanosti. Motivacija je ista i kod jednih i kod drugih, pretpostavljamo, jer su po proseku godina idalje osnovna škola. I jedni i drugi su intrinzično motivisani da uče i usavršavaju veštine, ulažu trud, daju sve od sebe da postignu svoje ciljeve. Učestalo napuštanje sporta i gubitak motivacije nastaje u starijem uzrastu i sa polaskom u srednju školu.

Tabela 2. Dimenzije motivacije mlađih i starijih fudbalera

	M(SD)	M(SD)	F	P
	Mlađi N=55	Stariji N=59		
Amotivacija	2,55(1,47)	2,48(1,43)	0,070	0,792
Eksterna regulacija	4,79(1,65)	4,55(1,28)	0,757	0,386
Identifikovana i integrisana regulacija	5,07(1,16)	5,12(1,20)	0,057	0,812
Introjektovana regulacija	5,54(1,25)	5,26(1,10)	0,690	0,408
Intrinzična motivacija	5,74(1,14)	5,62(1,21)	0,286	0,594

U poređenju sa istraživanjem (Standage et al., 2003) u kojem su ispitivani sportisti iz nekoliko sportskih grana, uzrasta od 12 do 14 godina ukazuje na to da su svi sportisti intrinzično motivisani za bavljenje sportom, tj. da doživljavaju zadovoljstvo i uživaju u samom učestvovanju u sportu, bez obzira na spoljašnje ciljeve (nagrade ili pobjede).

U istraživanju Rajana (Rayan, 1979, prema Lazarević, 2001), fudbaleri koji su dobijali stipendiju su pokazivali manji nivo intrinzičke motivacije od onih koji nisu dobijali stipendiju. Isti je slučaj u našem istraživanju u kom su učestvovali fudbaleri koji ne dobijaju stipendiju, niti bilo kakav vid spoljašnjeg podsticaja, i rezultati su pokazali da su oni intrinzički motivisani za bavljenje fudbalom.

Fudbaleri koji su učestvovali u našem istraživanju ispoljavaju nivo motivacije sa većim stepenom autonomije i intrinzičke motivacije, pri čemu su koncepti samodeterminacije značajni prediktori pozitivnih afektivnih ishoda (intrinzičke motivacije i amotivacije), baš kao i kod sportista koji su učestvovali u istraživanju Vesković i Milanović (2011).

Dobijeni rezultati su u skladu sa istraživanjem Mladenović i Trunić (2005). Kod mladih košarkaša reprezentativne kadetske selekcije Srbije, u prvom planu su unutrašnji motivi. Najviše zastupljen unutrašnji motiv, intrinzička motivacija za doživljavanjem unutrašnje stimulacije, ukazuje da je za mlade košarkaše najvažnije uživanje u košarkaškoj igri, koja je sama po sebi izvor unutrašnjeg zadovoljstva i daljeg podsticaja za bavljenje sportom. Isti motivi za bavljenje fudbalom su i kod naših fudbalera koje smo anketirali.

9. ZAKLJUČAK

Motivacija je unutrašnja pokretačka sila koja nas snabdeva pokretačkom snagom za ostvarivanje ciljeva i zadovoljavanje potreba. Ona nas navodi na određenu aktivnost. Onog koji je motivisan nešto pokreće, on je istrajan, usresređen na neku stvar, posvećen je možda nekom duhovnom, sportskom ili kreativnom dostignuću. Motivacija nas tera da nešto preduzmemo ili ostvarimo. Kod dece i mladih se javljaju različiti motivi za bavljenje sportom i ostanak u istom. Neki od glavnih motiva su potreba za druženjem i prijateljstvom, potreba za igrom i zabavom, potreba da nauče nove veštine i da doživi uzbuđenje takmičenja.

Za teoriju samodeterminacije je ključno da ponašanje delom regulišu unutrašnje strukture koje nastaju tokom razvoja i da su ljudska bića po prirodi aktivna. Samoodređenje predstavlja sklonost organizma ka zanimljivim aktivnostima, koja podstiču razvoj kompetentosti i mogućnost adaptiranja u socijalnoj sredini. Takvi ljudi (samoodređeni) mogu samostalno da prave izbore i mogućnost uključenja u neku aktivnost. Ekstrinzična (spoljašnja) motivacija je nametnuto ponašanje, koje ne dovodi do zadovoljavanja potreba, i do osećaja zadovoljstva.

Spoljašnji motivi se zadovoljavaju rezultatom ili ishodom aktivnosti, tako da je za one koji su spoljašnje motivisani važniji cilj koji se postiže od same aktivnosti. Spoljašnje motive nazivamo podsticajima, i oni mogu biti: kazne, nagrade, pohvale, takmičenja, uspeh ili neuspeh itd. Unutrašnju motivaciju možemo definisati kao unutrašnji razlog za učestvovanje u nekoj aktivnosti zbog: nje same i zbog uživanja koje se aktivnošću postiže bez namere da se dobije neka spoljašnja nagrada. Postoji mogućnost da spoljašnji motivi prerastu u unutrašnje, ali isto tako postoji mogućnost i da unutrašnji prerastu u spoljašnje. Celokupan proces obučavanja mladih mora biti organizovan u skladu sa senzitivnim periodima kroz koje prolaze mladi sportisti, a jedan od vidova obučavanja je i rad usmeren na razvoj motoričkih. Za većinu motoričkih sposobnosti senzitivni period započinje već u ranom detinjstvu i traje nekoliko godina. Zbog toga je izuzetno važno da treneri u sistematskom trenažnom procesu sa mladim sportistima od prvog dana, istovremeno sa tehničko-taktičkim obučavanjem, sprovode i rad na razvoju motoričkih sposobnosti kao i da ih motivišu da što bolje sprovode sportske treninge. Kada je treniranje uspešno, kod mladih sportista se razvija i motivacija za dalje bavljenje sportom.

Ispitivanje motivacije na uzorku mladih fudbalera uzrasta od 10 do 16 godina je pokazalo da dominiraju unutrašnji motivi. Istraživanje je podeljeno u dve grupe, prvu grupu su činili mladi fudbaleri uzrasta od 10 do 12 godina ($M= 11,35$), i njihov sportski staž ($M= 3,56$ godina). Drugu grupu sačinjavali su fudbaleri uzrasta od 13 do 16 godina ($M= 14,63$) i njihov sportski staž ($M= 6,11$). Osnovni cilj ovog istraživanja je bio da se utvrde motivi mladih sportista zbog kojih treniraju fudbal. Analizom odgovora celokupnog uzorka na svih 18 razloga, utvrđeno je da identifikovana i integrisana regulacija ima prosečnu srednju vrednost (M) 5,10 na Skali motivacije u sportu SMS-6, Maleta i saradnika (Maller et al., 2007). Kod sportista je amotivacija, tj. nemotivisanost, najmanje prisutna kao što je i očekivano, jer svi sportisti koje treniraju fudbal su na neki način motivisani i sa nekim razlogom su u sportu. Ona ima prosečnu srednju vrednost 2,52 na istoj skali. Eksterna, odnosno spoljašnja motivacija je posle amotivacije najmanje prisutna, sa prosečnom srednjom vrednošću 4,67. To znači da su sportisti najmanje demotivisani i najmanje njih se bavi fudbalom radi materijalne dobiti i raskošnog života koji mogu da imaju ukoliko se profesionalno budu bavili fudbalom. Što se tiče introjektovane regulacije, njena prosečna srednja vrednost je 5,35, dok je najveći broj fudbalera unutrašnje motivisano za treniranje, i prosečna srednja vrednost iznosi 5,68. Što znači da se mladi fudbaleri uzrasta od 10 do 16 godina bave fudbalom zbog unutrašnjih motiva, zbog sopstvenog uživanja i zadovoljstva koje osećaju dok izvide sportsku aktivnost, zabave i provoda, druženja sa vršnjacima, učenja novih veština itd. Dobijeni rezultati su nam pokazali da ne postoji značajna razlika između motivacije kod mlađe i starije grupe, već da su im isti motivi za bavljenje fudbalom u uzrastu koji smo anketirali.

10. LITERATURA

1. Amorose, A. J. & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 654-570.
2. Bačanac, Lj. & Radovanović, I. (2005). *Vaspitanje kroz sport*. Beograd: Učiteljski fakultet.
3. Bačanac, Lj., Petrović, N., & Manojlović N. (2011). *Psiholške osnove treniranja mladih sportista*. Beograd : Republički zavod za sport.
4. Bačanac, Lj., Petrović, N. & Manojlović, N. (2009). *Priručnik za roditelje mladih sportista*. Beograd: Republički zavod za sport.
5. Cox, R. H. (2005). *Psihologija sporta: Koncepti i primene*. Jastebarsko: Naklada Slap.
6. Lazarević, Lj. (2001). *Psiholške osnove fizičke kulture*. Beograd: Viša škola za sportske trenere.
7. Lazarević, Lj. (2003). *Psiholška priprema sptista*. Beograd: Viša škola za sportske trenere.
8. Mladenović, M. & Trunić, N. (2005). *Sportska motivacija i ciljna orijentacija mladih Srpskih košarkaša*. Fakultet za fizičku kulturu i menadžment u sportu Univerziteta Singidunum, Beograd.
9. Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of
10. motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225–242.
11. Radisavljević Janić, S., Milanović, I. & Lazarević, D. (2012). *Fizička aktivnost adolescenata: Uzasne i polne razlike*. Pedagoško društvo Srbije, Nastava i vaspitanje, br. 1, str.183-194.

12. Rot, N. (2010). Opšta psihologija. Beograd: Zavod za udžbenike.
13. Tubić, T. (2004). Psihologija i sport. Novi Sad: Fakultet fizičke kulture.
14. Vesković, A. (2012). Roditelji kao agensi sportske socijalizacije mladih [doktorska disertacija], Beograd: Filozofski fakultet.
15. Vesković, A. (2017). Psihologija sporta: odabrane teme, Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
16. Vesković, A. & Milanović, M. (2011). Odnos između ciljeva, motivacije i pozitivnih ishoda na primeru mladih sportista iz Srbije. Univerzitet u Beogradu, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja. vol. 9, br. 4, str. 455-464.

11.PRILOG

Skala motivacije u sportu

Uzrast _____

Sportski staž _____

U upitniku su navedeni mogući razlozi zbog kojih se sportisti bave sportom. Koristeći dole navedenu skalu, zaokruži broj koji odgovara svakom od navedenih razloga iz kog se TI trenutno baviš sportom.

Uopšte ne odgovara	Malo odgovara	Umereno odgovara	Mnogo odgovara	Sasvim odgovara
1	2	3	4	5

Zašto se ti baviš sportom?

1	Zato što je to način na koji sam odabrao/la da živim.	1	2	3	4	5	6	7
2	Zbog toga što je to dobar način da naučim puno stvari koje bi mi mogle biti korisne u drugim oblastima života.	1	2	3	4	5	6	7
3	Zbog toga što mi omogućava da me poštuju ljudi koje znam.	1	2	3	4	5	6	7
4	Više i ne znam, imam utisak da nisam sposoban/na da uspem u ovom sportu.	1	2	3	4	5	6	7
5	Zbog toga što osećam zadovoljstvo dok ovladam određenim teškim tehnikama treninga.	1	2	3	4	5	6	7
6	Zbog toga što je apsolutno neophodno da se bavim sportom ako hoću da budem u formi.	1	2	3	4	5	6	7
7	Zbog toga što je to jedan od najboljih načina koji sam odabrao/la da razvijem druge aspekte svog života.	1	2	3	4	5	6	7
8	Zbog toga što je to produženi deo mene.	1	2	3	4	5	6	7
9	Zbog prestiža koje status sportiste nosi.	1	2	3	4	5	6	7
10	Ne znam da li i dalje želim da nastavim da toliko ulažem svoje vreme i napor u sportsku aktivnost.	1	2	3	4	5	6	7
11	Zbog zadovoljstva koje proživljujem dok usavršavam svoje sposobnosti.	1	2	3	4	5	6	7
12	Zbog toga što bih se osećao/la loše ako ne koristim vreme za sport.	1	2	3	4	5	6	7
13	Nije mi više jasno; mislim da mi nije mesto u sportu.	1	2	3	4	5	6	7
14	Zbog materijalnih i/ili društvenih dobiti koje imaš kada si sportista.	1	2	3	4	5	6	7
15	Zbog toga što će naporan trening unaprediti moj učinak.	1	2	3	4	5	6	7
16	Ne izgleda mi da uživam u sportu onoliko koliko sam ranije uživao/la.	1	2	3	4	5	6	7
17	Zbog toga što moram redovno da se bavim sportom.	1	2	3	4	5	6	7
18	Da pokažem drugima koliko sam dobar/ra u svom sportu.	1	2	3	4	5	6	7