

# **Rolul factorilor motivaționali în activitatea de performanță a jucătoarelor de baschet din divizia „A”**

**Simona Tomele, Florentina Nechita, Ioana-Maria Curițianu**

*Universitatea „Transilvania” din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane*

## **Rezumat**

*Premize.* Motivarea optimă a jucătoarelor de baschet și a antrenorului poate conduce la atitudini adecvate față de antrenament și competiție și deci la un nivel superior de performanță.

*Obiective.* Lucrarea își propune să investigheze importanța factorilor motivaționali, în activitatea de performanță și orientarea antrenorilor și sportivilor spre întărirea motivației, care ar putea consta în crearea unei stări afective puternice cu valoare energetic-dinamogenă.

*Metode.* Cercetarea s-a desfășurat în anul 2005 pe baza unei anchete care a constat într-un chestionar conținând 25 întrebări închise și deschise pentru fiecare echipă în parte. Pentru realizarea cercetării au fost alese două echipe de baschet feminine apropiate valoric: ocupanta locului I la Campionatul Național Feminin Divizia „A” 2003-2004, Livas Petrom Târgoviște și ocupanta locului III, CSU-ACSA Terapia Cluj-Napoca. Ancheta a constat într-un chestionar conținând 25 întrebări închise și deschise pentru fiecare echipă în parte, numărul de subiecți chestionați a fost același, 12 din fiecare echipă studiată.

*Rezultate.* Se evidențiază rolul motivației intrinseci pentru sport și performanță, cât și rolul antrenorilor în determinarea și influențarea factorilor motivaționali și necesitatea transformării motivației extrinseci în motivație intrinsecă.

*Concluzii.* O bună motivație le va ajuta pe jucătoare să înlăture pierderea concentrării și a încrederii de sine de-a lungul antrenamentului sau competiției, precum și stresul precompetițional.

**Cuvinte cheie:** motivație, baschet, antrenor, performanță în sport.