

TARTU ÜLIKOOLI NARVA KOLLEDŽ

ÜHISKONNATEADUSTE LEKTORAAT

Irina Gruznova

EDUKATE SPORDIALADE MÕJU NOORTE MOTIVATSIOONILE
SPORTLIKUKS TEGEVUSEKS

Lõputöö

Juhendaja lektor Aet Kiisla

NARVA 2016

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

.....
/töö autori allkiri/

SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
1. MOTIVATSIOON	7
1.1. Maslow´ inimvajaduste hierarhia	7
1.2. Enesemääratlemise teooria	8
1.3. Noorte motivatsiooni kujundamine	10
2. NOORTE SPORTLIK TEGEVUS JA HUVITEGEVUS.....	13
2.1. Huvitegevus ja huviharidus noorsootöös	13
2.2. Noorsootõtaja ja huvijuhi rollid huvitegevuses.....	15
2.3. Noorte sportlik tegevus	15
3. SILLAMÄE LINNA POPULAARSEMAD JA EDUKAMAD SPORDIALAD	17
3.1. Uuringu metoodika.....	17
3.1.1. Sillamäe spordi ajalugu ja korraldus	18
3.1.2. Populaarsemad spordialad.....	20
3.1.3. Edukamad spordialad	23
3.1.4. Populaarsemate ja edukamate spordialade ülevaade	24
3.2. Küsitlus noorte seas.....	27
3.3. Intervjuu ekspertidega	30
3.4. Tulemuste analüüs ja järeldused	31
KOKKUVÕTE.....	33
SUMMARY	36
KIRJANDUS	39
LISAD	42
Lisa 1. Spordialad, millest sai alguse sporditegevus Sillamäel.....	42
Lisa 2. Spordiklubid Sillamäel	43
Lisa 3. Sillamäe 10 parimat sportlast aastail 2010–2015	44
Lisa 4. Küsitlusleht	54
Lisa 5. Vastused küsitlusele	55
Lisa 6. Populaarsemad spordialad tüdrukute seas.....	59
Lisa 7. Populaarsemad spordialad poiste seas	60
Lisa 8. Populaarsemad spordialad noorte seas	61
Lisa 9. Ekspertide kommentaarid.....	62

SISSEJUHATUS

Tänapäeval on Eestis spordi populaarsus kasvamas. Inimesed seostavad sporti tervisega ja teevad väga palju, et olla heas füüsilises vormis ja terve. Sport on populaarne tegevus ka noorte seas. Noored on need, keda füüsiliselt arendades ja treenides kasvatatakse tulevasi sportlasi. Sageli on noored edukad spordis ja kuulsad oma saavutatud tulemuste poolest. Kehakultuur ja sport on just see, mis suures osas tagab inimestele füüsilise tervise.

„Eesti spordisüsteemi põhieesmärgiks on kogu rahva kehaline vormisolek, mille saavutamine eeldab elanikkonna kaasamist süstemaatilisele tegelemisele kehaliste harjutustega. Seda vajadust on viimastel aastatel suurendanud ühelt poolt istuva eluviisi jätkuv laienemine seoses infotehnoloogia, transpordi, olmeliste mugavuste jms arenguga, teisalt aga vaimse pingete lisandumine, elanikkonna vananemine”.
(Täiskasvanute spordiharrastus ... 2004: 3)

Praeguse noorte eluviisi võib nimetada mitteaktiivseks. Nad veetavad rohkem oma aega istudes. Selle põhjuseks võib olla tehnoloogiate arenemine. Probleemi lahendamiseks on noorte kaasamine kehakultuuri ja sporti ning vaja on korraldada tõhusalt spordi- ja vaba aja tegevused.

Et populariseerida sporti, motiveerida ja kaasata võimalikult suuri rahvahulki, selleks tehakse väga palju. Eestis on palju võimalusi spordiga tegeleda. On spordiklubid, kus saab arendada oma kehalisi võimeid ning kus töötavad kvalifitseeritud treenerid, kes juhendavad sportijaid. Spordiväljakutele on paigaldatud trenaažöörid, mille kasutamise eest ei ole vaja maksta. Selleks et motiveerida inimesi spordiga tegelema, korraldatakse erinevaid spordiüritusi. Need üritused aitavad inimestel tutvuda vastava spordialaga, vaadata spordiala populaarsust inimeste seas ja nautida võitjate edu. Teiste eeskuju ja tulemused motiveerivad inimesi tegutsema.

Üks selline võistlus on Narva Energiajooks. See on rahvusvaheline jooks, millest võtavad osa erinevas vanuses inimesed. See jooks on populaarne ja iga aastaga osalejate arv kasvab, 2014. aastal osales sellel üritusel rohkem kui 3000 inimest (Narva Energiajooks). Niisuguste ürituste abil võib suurendada huvi jooksmise vastu. Kui

osalejate arv igal aastal kasvab, siis on selge, et üritus on populaarne ja toob uusi huvilisi juurde.

Spordiga tegelemine aitab inimesi ka motiveerida, näiteks sotsiaalne mõju (vanemad ja tuttavad saavad mõjutada noorte valikut), enesearendamine, fitness ja tervis (ilus keha ja enesetunne), teiste edu ja saavutused (aitavad noortel püstitada endale samad eesmärgid), emotsioonid.

Hea eeskuju on noortele väga tugev motivatsiooni faktor, sest tihti vaatavad inimesed teiste saavutusi ja püüavad saavutada sama. See aitab aru saada, et hea tahtmise ja töökusega on võimalik palju saavutada. Inimesed püstitavad endale eesmärgid ja liiguvad nende poole. Et saavutada suuri eesmärgi, peab püstitama väiksemaid ja samm-sammult edasi minema. Spordis võiks tähtsaim eesmärk olla näiteks olümpiavõistlusel osalemine. Väiksemad eesmärgid, mille abil inimene läheneb oma peamisele eesmärgile, on oma riigis võistluste võitmine, Euroopa võistlustele pääsemine. Need, kes saavad paremaid tulemusi, on teistele eeskujuks, sest nad on edukad. Spordialasid, millega tegelevad need inimesed, võiks nimetada edukamateks. Sportlaste edukus toob ka spordialale kuulsust, aitab noori motiveerida end edasi arendamda.

Käesoleva töö eesmärk on välja selgitada, kuidas tõsta Sillamäe linnas noorte motivatsiooni spordiga tegelemiseks edukate spordialade populariseerimise kaudu.

Oma lõputöös autor ei keskendu konkreetsetele spordiliikidele. Autor uurib, kuidas noored suhtuvad sporti ja kuidas neid motiveerida sporti tegema. Autor ei vaata töös eraldi motivatsiooni tippspordis või harrastusspordis, vaid keskendub motivatsioonile, mis aitab tuua noori sporditegemise juurde.

Lõputöö eesmärgi saavutamiseks planeeris töö autor järgmised ülesanded:

- Koostada ülevaade motivatsiooni mõistest
- Anda ülevaade noorte huvitegevusest, sportlikust tegevusest
- Anda ülevaade edukatest spordialadest Sillamäel
- Tutvustada spordialasid, mis on populaarsed ja edukad noorte seas
- Välja selgitada, kuidas motiveerida noori spordiga tegelema, analüüsida andmeid

- Teha järeldused

Töö jaguneb kolmeks peatükiks. Esimeses peatükis esitab autor ülevaate motivatsiooni mõistest ja teoriast. Autor kirjeldab Maslow` vajaduste hierarhiat ning Deci ja Ryani enesemääratlemise teooriat. Peatükis esitab autor motivatsiooniteooriaid analüüsivad faktoreid, mis mõjutavad motivatsiooni. Autor esitab ülevaate noorte motivatsioonist ning raskusest, mis võivad tekkida motivatsiooni leidmisel.

Teises peatükis käsitleb autor noorte sportlikku tegevust ja huvitegevuse mõistet. Autor esitab ka ülevaate noorsootöötajate rollist noorte huvitegevuses.

Töö kolmas peatükk sisaldab andmeid, mis saadi pärast uuringu läbiviimisest. Autor annab ülevaate Sillamäe spordi ajaloost ja korraldusest, esitab populaarsemate ja edukamate spordialade ülevaate ning analüüsib, kuidas motiveerida noori sporti tegema.

Käesolev lõputöö võib huvi pakkuda neile, kes soovivad saada ülevaadet Sillamäe linna spordikorraldusest. Lõputöö võib olla huvitav ka noorsootöötajatele, sporditreeneritele ja sportlastele. Samuti võib töö olla kasulik Sillamäe linnavalitsuse töötajatele (haridus- ja kultuuriosakonna spetsialistidele), kuna see teema puudutab ka nende töövaldkonda.

1. MOTIVATSIOON

Käesolevas peatükis autor annab ülevaade motivatsiooni mõistest ja motivatsiooni-teooriatest. Samuti käsitleb autor tuntumaid motivatsiooniteooriaid. Autor annab ülevaade Maslow` vajaduste hierarhiast ning Deci ja Ryani enesemääratlemise teoriast. Peatükis autor käsitleb noorte motivatsiooni ja raskusi, mis tekivad motivatsiooni alalhoidmisega.

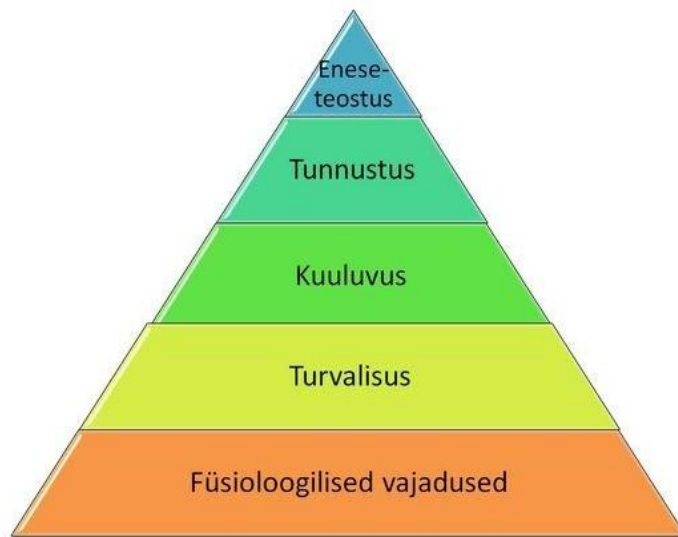
Motivatsioon on inimese sisemised ajendid, põhjused ja jõud, mis mõjutavad inimese tegevust. Motivatsiooni saab jagada kolmeks: sisemine motivatsioon, väline motivatsioon ja amotivatsioon. Nende kolme kontseptsiooni eristamine on oluline, sest see aitab seletada suurel hulgal inimkäitumise eripärasusi, nende võimet väljendada inimkogemuste tähtsaid aspekte ja mõista olulisemaid tagajärgi, mida need põhjustavad. (Deci ja Ryan 2000: 68–78)

Motivatsiooniteooriad arenesid hoogsalt 20. sajandi keskel. Tuntuim inimvajadustel põhinev teooria sellest perioodist on Maslow` vajaduste hierarhia.. Tuntumad teooriad kehalises kasvatuses põhinevad Deci ja Ryani enesemääratlemise teorial.

1.1. Maslow` inimvajaduste hierarhia

Inimvajaduste hierarhia ehk Abraham H. Maslow` vajaduste hierarhia on üks enim teadaolevaid motivatsiooniteooriaid. Maslow lõi vajaduste püramiidi, mis annab kiire ja hea ülevaate inimeste peamistest vajadustest (joonis 1).

Abraham Maslow` sõnade järgi kasvavad inimese vajadused progresseeruvalt – kui madalama taseme vajadused on rahuldatud, siis soovivad inimesed saavutada järgmise taseme vajaduste täitumist. Mida lähemale jõuab inimene mingi vajaduse rahuldamisele, seda olulisemaks muutub sellest kõrgemal seisev vajadus. Rahuldatud vajadus ei ole enam stiimul. (Maslow 2007: 84–89)



Joonis 1. Maslow` inimvajaduste hierarhia

(Maslow`s Hierarchy of Needs)

Kui kedagi motiveerida, tuleb mõista, millisel tasandil motiveeritav asub. Füsioloogiliste vajaduste tasandile kuulub söömine, joomine, seksuaalne rahulolu, eluase ja teised füsioloogilised vajadused. Turvalisuse vajadused on füüsiline ja emotsionaalne kaitstud, kindlustunne nende kestvuse suhtes. Sotsiaalsed vajadused – kiindumus, kuulumine kollektiivi, sõprus ja ühtekuuluvustunne. Lugupidamise tasandile kuuluvad sisemised lugupidamise faktorid (enesest lugupidamine), sõltumatus ja saavutamine, ning välised lugupidamise faktorid (staatus), tunnustamine ja tähelepanu. Eneseteostuse vajadused on areng, oma potentsiaali saavutamine, eneseteostus (inimene püüab jõuda sinna, kuhu ta on võimeline jõudma). (Vadi 2004: 94–95)

1.2. Enesemääratlemise teooria

Enesemääratlemise teooria eristab autonoomset motivatsiooni ja kontrollitud motivatsiooni. Autonoomne motivatsioon hõlmab tegevust, mis põhineb tunnetel ja tahtel, millel on kogemus valikutest. Kui inimestele pakub tegevus huvi ja naudingut, siis tahavad nad täielikult sellele tegevusele pühenduda. Kontrollitud motivatsioon hõlmab aga tegevust, kus tuntakse pinget, tuntakse kohustust tegevust teha. Autonoomne ja kontrollitud motivatsioon on mõlemad tahtlikud, vastanduvad amotivatsioonile, mida omakorda iseloomustab tahte ja motivatsiooni puudumine. (Gagne ja Deci 2005: 331–362) Enesemääratlemise teooria puhul on keskseks

psühholoogiliste vajaduste rahuldamine, mis omakorda vahendavad sotsiaalsete faktorite mõju motivatsioonile. Psühholoogilised vajadused on kaasasündinud ja inimese eluks vajalikud. Enesemääratlemise teooria keskendub peamiselt kolmele kaasasündinud vajadusele: autonoomsuse vajadusele, kompetentsuse vajadusele ja seotuse vajadusele. (Deci jt 1991: 325–346)

Psühholoogilised vajadused on autonoomsus, kompetentsus ja seotus. Autonoomsuse vajadus hõlmab inimese teadlikke otsuseid ja valikuid. Inimene ise on oma käitumise ja tegevuse algatajaks. Kompetentsuse vajadus hõlmab inimese mõistmist, kuidas saavutada erinevaid väliseid ja sisemisi tulemusi ning kuidas teostada efektiivselt vajalikke tegevusi. Seotuse vajadus hõlmab inimese soove tunnetada sidet ja ühtekuuluvust teiste inimestega, soov olla sotsiaalses keskkonnas. (Deci jt 1991: 325–346)

Motivatsiooni liigid enesemääratlemise teoorias (sisemine motivatsioon, väline motivatsioon, amotivatsioon). Sisemine motivatsioon ehk „mulle meeldib seda teha“, on motivatsiooni liik, kus indiviid osaleb tegevustes oma vaba tahte alusel. Kui sisemiselt motiveeritud inimesed on seotud tegevusega, mis neile huvi pakub, siis nad on teotahtelised, tegutsevad vabalt, kõikide piiranguteta. (Deci, Ryan 2000: 68–78)

Vallerand (1992) on sisemise motivatsiooni jaotanud kolme alaliiki.

Motivatsioon kogeda naudingut ja heameelt. Tegevust sooritatakse eesmärgiga kogeda stimuleerivaid elamusi. Inimene tahab tegutsemise käigus kogeda rõõmu, ergutust, põnevust ja naudingut. Motivatsioon kogeda saavutusega kaasnevat rahulolu. Sportlane või õpilane on motiveeritud tegutsema, kuna ta naudib seda tunnet, mis kaasneb teatud tegevuse tegemisega. Põhiliseks sooviks on saavutada püstitatud eesmäärke, jõuda uuele tasemele ja täita järjest keerulisemaid ülesandeid. Motivatsioon saada uusi teadmisi. Tegutsemine on ajendatud huvist saada uusi teadmisi. Sportlasel võib olla näiteks soov kogeda uue liigutusoskuse omandamist. (Vallerand jt 1992: 1003–1017)

Väline motivatsioon ehk „ma teen seda raha/kiituse pärast“, on tegutsemine mitte tegevuse enda pärast, vaid tegevuse võimalikele tagajärgedele mõeldes, milleks võivad olla materiaalne tasu, kiitus, innustamine või vastupidi, sundimine. Väline motivatsioon jaguneb neljaks välise käitumise motiiviks. (Deci, Ryan 2000: 68–78)

Väline regulatsioon viitab käitumisele, kus initsiatiiv tuleneb teistelt inimestelt. Näiteks pakutakse tasu või on oht saada karistatud. (Deci jt 1991: 325–346) Kui väliselt reguleeritud isikud tegutsevad eesmärgiga saada soovitud tulemusi, siis pingutavad nad vaid juhul, kui tegevus on vahendiks nende eesmärkide saavutamisele. Näiteks, isik teeb tööd, kui ülemus jälgib. (Gagne, Deci 2005: 331–362)

Integreeritud regulatsioon – isikud tunnevad täielikult, et käitumine on lahutamatu osa sellest, kes nad on. Käitumine põhineb isiku tunnetel ja on seega nende enese poolt määratletud. (Gagne, Deci 2005: 331–362)

Introjektiivne regulatsioon – hõlmab indiviidi sisemisi reegleid ja nõudmisi, rõhk on käitumisel, kus ei soovita olla ohustatud lubaduse või karistuse tundest (Deci jt 1991: 325–346). Introjektiivse regulatsiooni puhul ilmneb lugupidamine endast, mis survestab isikut käituma selleks, et end vääriliselt tunda. Näiteks teeb isik tööd selleks, et tunda end väärtusliku inimesena. (Gagne, Deci 2005: 331–362)

Identifitseeritud regulatsioon – isikud tunnevad suuremat vabadust ja tahet, kuna käitumine on vastavuses nende isiklike eesmärkide ja isikupäraga. Nad tajuvad oma käitumise põhjust, mis on sisemine. Näiteks õed, väärtustades patsientide mugavust ja tervist, mõistavad, kui oluline on teha ebameeldivaid ülesandeid patsientide heaolu nimel. Sel juhul tunnevad õed end autonoomselt ja täidavad ülesandeid (patsientide vannitamine), mis ei ole oma olemuselt huvitavad. (Gagne, Deci 2005: 331–362)

Amotivatsiooni ehk motivatsiooni puudulikkuse puhul puudub tahe tegutseda. Amotiveeritud isikud ei tegutse üldse või tegutsevad kavatsuseta, näiliselt. Amotivatsiooni tulemusel ei väärtustata tegevust, ei tunta end tegevust tehes kompetentsena ega oodata soovitud tulemuste saamist. (Ryan, Deci 2000: 68–78)

1.3. Noorte motivatsiooni kujundamine

Motivatsioon on sageli alus noorte tegevusele ning see annab nende käitumisele eesmärgi ja suuna. Motivatsiooni puhul räägitakse eesmärgist, selle püstitamisest, hoidmisest ja kaotamisest, mis omakorda kujundab noortes erinevaid emotsioone.

Olenevalt saavutustulemusest tagatakse sellega kas positiivsed või negatiivsed tundeid (Strongman 2009: 75–92).

Noored järgivad väga tihti teiste eeskuju. Teiste inimeste edukus mingis tegevuses aitab noortel olla rohkem motiveeritud oma ettevõtmistes. Tahtmine olla nagu keegi teine ja tahtmine olla parim motiveerib väga edasiliikumist ja aitab püstitada eesmärke.

Motiveering on tugevalt seotud edukusega. Ilma tõelise motivatsioonita on raske tegevustes edu saavutada (Talts, Tilk 1997: 65–69).

Noortel peaks olema oma tegevus, oma huviala. Harrastada võib niihästi muusika kuulamist kui sporti. Tähtis on, et harrastus pakuks noorele huvi ja meeldiks talle. Hea harrastus aitab noortel murdeeda kõige raskematest probleemidest paremini üle saada. (Soiluva, Veigel-Sepman 2000: 67–69)

Motivatsioon mängib noorte huvitegevuses tähtsat rolli. See loob noortes huvi ja püsivust oma tegevuse vastu. Huvitegevused pakuvad noortele erinevaid emotsioone ning vastavalt sellele areneb noortes ka motivatsiooniline tahe. Soov olla oma tegevustes kompetentne paneb noort püüdlema meisterlikkuse poole ja tegema väljakutsuvaid tegevusi. Kui saavutused osutuvad edukateks, on tulemuseks positiivsed emotsioonid, mis panevad noort seda tegevust nautima. Kuid kui tulemuseks on tegevuste nurjumine ja tagasilöögid, siis toob see kaasa negatiivseid emotsioone ning tulemuseks võib olla nii motivatsiooni langus kui ka huvitegevuse lõpetamine. (Raudsepp jt 2010:81–100)

Motivatsiooni tekitamise ja alalhoidmisega tekivad ka raskused, aga nendega on võimalik hakkama saada ja omandada kogemusi. Kasulik on püstitada endale esialgu väikseid eesmärke, mille saavutamine on kergem. Suurte ja pikaajaliste eesmärkide saavutamisel võib motivatsioon kergesti kaduda (eesmärkide saavutamine näib kaugel ja võimatu üritusena). Seetõttu on kasulik püstitada väiksemaid eesmärke, mida on tõenäolisem ja lihtsam saavutada ning järk-järgult sammuda suuremate eesmärkide poole. (Motivation to Learn)

Enda edusammude, saavutuste ja kordaminekute kogemine tõstab motivatsiooni, sest inimene näeb, et ta on oma püüdlustes edasi liikunud ning saavutanud või saavutamas eesmärki. Ka läbikukkumistes on tähtis näha positiivset poolt ning õppida vigadest ja

vältida nende kordamist. (Denny 2010: 23–40) Ebaõnnestumised on just need kõige paremad õppetunnid. Kõiki ebaõnnestumisi tuleks arvesse võtta ja nendest kogemustepagas koguda (et edaspidi mitte samu vigu korrata). Ebaõnnestumiste ületamine on tee eduni (see tugevdab iseloomu, annab enesekindlust), mis omakorda motiveerib inimest kõrgemaid eesmärke püüdma. (Daniels 2004: 98–113)

Motiveerimise kõrval tuleb elus ette olukordi, kus puututakse kokku inimestega, kes väidavad, et üks või teine asi ei õnnestu. Selline mahategemine ei pruugi tuleneda alati halbadest kavatsustest, vaid mängus võivad olla ka head kavatsused, kus tahetakse tegijat suunata paremuse poole. Kui inimene on vaimselt piisavalt enesekindel ja tugev, võib kriitika vahel olla kõige parem tee parima tulemuse saavutamiseks (emotsionaalselt tugev inimene aktsepteerib endas vigu, tunnistab neid ning suudab neid parandada selle nimel, et ennast paremaks inimeseks muuta). Seevastu emotsionaalselt nõrgad inimesed ei kannata kriitikat välja ning see viib motivatsiooni languseni. Madal motivatsioon omakorda vähendab inimese teotahet ning hoidutakse tegevustest, mille kohta on kriitikat tunda saadud. (Malmberg 2005: 73–80)

Motiveerimine on küll väga vajalik, aga kui teha seda liigse tähelepanuga, võib see pigem motivatsiooni kujunemist vähendada. Materiaalsed preemiad hea soorituse eest võivad vägagi motiveerivad olla, kuid need võivad mõjuda ka vastupidiselt. Selles vastuolus mängib suurt osa juhendaja (kuidas ta premeerimist juhendatavale serveerib). Juhendaja peab rõhutama, et preemia on saadud tubli töö ja suure pingutuse tulemusena, kuna see tõstab hoolealuse motivatsiooni ning paneb teda paremini edasi tegutsema. Kui juhendaja kasutab preemiat käitumise kontrollijana, võib hoolealuse sisemine motivatsioon väheneda või kaduda. Tunnustav ja toetav juhendaja on edu aluseks, kuid leidub juhendajaid, kes arvavad, et edu on võimalik saavutada ka hirmutamise ja sõimamisega, karjumisega ning ähvardamisega on otsene negatiivne mõju juhendatavate heaolule ja motivatsioonile. (Raudsepp jt. 2010: 85–102)

Mitte ainult motivatsioon ei aita noorte tegevustele kaasa, vaid tegevused ise motiveerivad noori efektiivselt. Noorte kaasamine ja arvamuste küsimine annab neile võimaluse end teostada, mis omakorda paneb neid uskuma, et nad on võimekad ja saavad igas olukorras hakkama (Daniels 2004: 98–113).

2. NOORTE SPORTLIK TEGEVUS JA HUVITEGEVUS

Käesolevas peatükis autor käsitleb noorte huvitegevust (ülevaade huvialaharidusest ja huvitegevuse mõistest), sportlikku tegevust (kuidas sportlikke tegevusi jaotada) ning huvijuhi rolli huvitegevuses. Peatükk aitab teada saada, kuidas jaguneb noorte sportlik tegevus ning missugust rolli mängib sportlikus tegevuses juhendaja. Peatükis autor analüüsib, millised võimalused on noorte huvitegevuse, sh sportliku tegevuse, mõjutamiseks.

2.1. Huvitegevus ja huviharidus noorsootöös

Huviharidus ja -tegevus on noorsootöö valdkond, mis on pikaajaline (huviharidus) või lühiajaline (huvitegevus) süsteemne juhendatud tegelemine huvialaga vaba tahte alusel tasemeõppest ja tööst vabal ajal, et omandada süvendatud teadmised ja oskused valitud huvialal (Noorsootöö strateegia 2006–2013, 2006: 23).

Huviharidusstandardi 2. peatüki § 2 lõige 1 järgi on huvihariduse eesmärk luua võimalusi isiksuse mitmekülgeks arenguks ja toetada noore kujunemist hästi toimetulevaks ühiskonnaliikmeks (Huviharidusstandard 2007).

Huvihariduse ülesandeks huviharidusstandardi 2. peatüki § 3 lõige 1 kohaselt on noorte loomevõimete avastamine ja kavakindel arendamine, et aidata noorel kujuneda isiksuseks, kes mõtleb loovalt; oskab oma tegevust eesmärgistada, kavandada ja hinnata; suudab valida, otsustada ja vastutust kanda; suudab analüüsida ümbritsevat tegelikkust; oskab teha tööd, on valmis koostööks; mõistab teadmiste ja pidevõppe tähtsust ning oskab õppida (Huviharidusstandard 2007).

Huviharidust reguleerib huvikooli seadus. Selle järgi on huvikool haridusasutus, mis tegutseb noorsootöö valdkonnas ning loob huvihariduse omandamise ja isiksuse mitmekülge arengu võimaluse (HuviKS 2007).

Huvikoolid tegutsevad viies valdkonnas: sport, tehnika, loodus, üldkultuur, muusika ja kunst. Huvikoolide õppetöö vormideks on rühma- ja individuaalõpe. Üha suurem vajadus on igas huvikoolis anda lapse arengut arvestavat mitmekülget õpet, et tekiks

suurem tugisüsteem isiksuse eluks ettevalmistusel, mis nõuab huvikoolidelt suuremat paindlikkust ja noorte vajadustega arvestamist. (Eesti Noorsootöö Keskus)

Kool on paik, kus noor inimene veedab suure osa oma päevast. Siit leiab ta endale sõbrad, siin tekivad tal huvid erinevate tegevuste vastu ning areneb õpilase isiksus õppimist toetavate tegevuste – huvitegevuse ja huvihariduse kaudu. Huvitegevuse kaudu kujunevad noore inimese praktilised ning kogemuslikud oskused. (Tiit 2007: 5)

Huvitegevus toetab omaalgatust, iseseisvust ja aktiivsust. Tänu huvitegevusele on õpilastel võimalus kogeda eduelamust ning tunnustust, mis võib kaasa tuua ka õppe edukuse ning enesehinnangu tõusu. Hea enesehinnang aitab paremini toime tulla nii koolis kui väljaspool kooli. Huvitegevusel on lõõgastav mõju, see aitab maandada pingeid ja stressi. Õpilased, kes on aktiivsed klassivälises töös, on ka õppetöös tublid. Huvitegevus ei piirne vaid ringitööga. Siia alla võib lugeda igasugust klassivälisest tegevust: osalemist projektides, klassi- ja kooliüritustel. Nii klassi- kui ülekooliliste ürituste kaudu õpitakse üksteist tundma ja hoidma ning see on aluseks oma koolipere ühtsustunde loomiseks. (Kiviõli I Keskkool)

Maaelu Arengu Instituudi poolt 2005. aastal läbi viidud kompleksuuring „Huviharidus ja huvitegevus“ toob välja huviharidusse kaasatuse positiivse mõju noorele (Huvialaharidus ja huvitegevus 2005: 13–14):

- omandatakse täiendavaid teadmisi ja praktilisi oskusi;
- huviharidusega tegelemine arendab vaimseid ja füüsilisi võimeid, sotsiaalseid teadmisi, oskusi ning kogemusi;
- arenevad olulised isikuomadused nagu töökus, sihikindlus, saavutusvajadus, vastutustunne, kohusetunne. Lisaks aitab huviringis osalemine kaasa kollegiaalsustunde tekkimisele ning koostöövõime suurenemisele;
- saavutatakse enam tunnustust ja edu, mis on oluline just koolis tõrjutud, vähese õpipedukusega või õpiraskustega noorte jaoks;
- huviringides osalemisel on sotsialiseeriv ja tõrjutust vähendav toime ning eri rahvusgruppide vahel integreeriv funktsioon;
- huvitegevusel on ka kuritegevust ennetav funktsioon, sest kaasatus huvitegevusse vähendab koolist väljalangevust ja asotsialiseerumist;
- huvitegevuse kaudu saavad lapsed ja noored pingeid ning stressi maandada;

- huviharidus aitab kaasa parematele tulevikuvõimalustele, ka tööturul konkureerides;
- huvitegevus toetab iseseisvust, omaalgatust, initsiatiivikut, aktiivsust.

2.2. Noorsootõtaja ja huvijuhi rollid huvitegevuses

Noorsootõtaja roll ja meetodid sõltuvad töö teostamise kohast, olukorrast, sihtrühmast ja eesmärgist. Huvikoolides tegutsevad erinevate huvialade spetsialistid, kes on lisaks omandanud noorsootõtõalased teadmised (Noorsootõtõ strateegia 2006–2013: 22). Noorsootõtaja loob oma tööga mitteformaalse õppimise keskkonna, mis toetab noorte isiklikku arengut, sotsialiseerumist ja kujunemist ühiskonnas hästi toimetulevateks liikmeteks. Noorsootõtaja lähtub oma töös noorsootõtõ põhimõtetest, rakendab erinevaid tegevusi ja meetodeid sõltuvalt noorsootõtõ valdkonna eripärast, eesmärgist, sihtgrupist, valdkondadest, noorsootõtõ teostamise kohast ja situatsioonist. (Noorsootõtõ kutsesstandard 2012: 6)

Üldhariduskoolides töötavad noorsootõtõtjad – huvijuhid, kes on keskendunud noorsootõtõ korraldamisele või praktilisele teostamisele olenevalt kooli arengukava vajadustest ja tingimustest (Noorsootõtõ strateegia 2006–2013: 22).

Huvijuhi rolli suurendamine igapäevases koolielu arendamisprotsessis on väga oluline. Huvijuht on üks nendest, kes aitab luua kooli mainet. Huvitegevus ongi sageli ju kooli maine kujundamise olulisimaid alustalasid. (Tiit 2007: 5) Huvijuht keskendub noorsootõtõ korraldamisele või selle praktilisele elluviimisele olenevalt kooli arengukava vajadustest ja tingimustest, korraldab kooli huvitegevust, juhendab õpilasesindust, aitab korraldada kooli üritusi, kaasab noori tegevuste kavandamisse ja läbiviimisse, koostab huvitegevuse eelarve, algatab projekte ja otsib nende jaoks lisaraha (Rajaleidja).

2.3. Noorte sportlik tegevus

Spordi mõistes puudub ühene üldine definitsioon. Kui küsida inimestelt „Mis on sport?“, toetatakse vastamisel oma isiklikule kogemusele spordiga kokkupuutel. Sport on institutsionaalne võistluslik tegevus, mis sisaldab kehaliste võimete ja oskuste

kasutamist eesmärgiga saavutada hea tulemus või parandada enda heaolu ja tervist. Lähtuvalt kultuurikeskkonnast ja traditsioonidest võivad spordi alla kuuluda vägagi erinevad kehalise tegevuse vormid. (Spordisotsioloogia materjalid 2012: 6)

Laste ja noorte arengus on sisukas vaba aja veetmine, kultuuriharrastused ja sportimine sama olulised kui kooliharidus. Kultuuri-, spordi- ja muude harrastustega tegelemine arendab noorte võimeid ning samal ajal aitab omandada ühiskonnas heaks kiidetud väärtusi, käitumisnorme ja oskusi. Selle kaudu arenevad noore sotsiaalsed oskused, laieneb sotsiaalne võrgustik. Laste sisuka vaba aja veetmise tarbeks on nii omavalitsuste poolt kui eraalgatuslikult loodud huvikoole ja -ringe, spordiklubisid ning korraldatakse lastelaagreid. (Rosenblad, Randoja 2008: 64)

Noorte sportlikke tegevusi võib jaotada järgmiselt: õppeprogrammiline kehaline kasvatus, tervisesport ja võistlussport. Õppeprogrammiline kehaline kasvatus (spordi algõpetus) koos koolispordi ja terviseõpetusega annab sirguvale põlvkonnale vajalikud oskused, teadmised ja võimed püsida heas kehalises vormis, jätkata sportimist kogu elu vältel. Eesmärgiks on vähemalt kolme kehalise kasvatus tunni rakendamine nädalas. Õppurispordi toetamine toimub haridusministeeriumi kaudu ning selle korraldamisega tegelevad Eesti Koolispordi Liit (EKSL), Eesti Kutsekooli Spordiliit (EKKSL) ja Eesti Akadeemiline Spordiliit (EASL). Tervisesport ehk liikumisharrastused pakuvad sportliku liikumise võimalust kõigile – väikelastest vanuriteni, naistele ja meestele, puuetega inimestele ja liikumisravi vajajatele. Noorte sportlik huvitegevus ja võistlussport teenib sportliku eneseteostuse ja isiksuse arengu huve ja selle harrastamist soodustatakse kõigil soovijail. Ülemaalse võistlussüsteemi põhiteljeks on spordiklubide vaheline konkurents. (Eesti Spordi Harta 2002)

Noorte sporditegevuses mängib suurt rolli spordijuhendaja. Sportlast juhivad ringijuhendaja, õpetaja või treener, kelle ülesandeks on spordi ja liikumise valdkonda kuuluvate teadmiste andmine, noortes sportliku iseloomu kasvatamine ning spordioskuste õpetamine. Treener peab olema üheaegselt teoreetik, praktik, psühholoog ja organisatsioon. Teoreetik – treeneri teadmiste struktuur ja hulk, praktik – õppe-treeningtegevuse planeerimine ja läbiviimine, psühholoog – püsiva motivatsiooni kujundamine ja sportliku iseloomu kujundamine, organisatsioon – tingimuste loomine püstitatud ülesannete lahendamiseks. (Loko 2008: 137–145)

3. SILLAMÄE LINNA POPULAARSEMAD JA EDUKAMAD SPORDIALAD

Käesolevas peatükis annab autor ülevaate Sillamäe spordi ajaloost. Peatükis autor tutvustab andmed uuringu läbiviimisest, statistilised andmed, noorte küsitluse tulemused, andmete analüüsimise meetod ning autori järeldused ja ettepanekud. Uuringu tulemuse põhjal saab teha ettepanekuid ja järeldusi, mida võib kasutada edaspidises töös.

3.1. Uuringu meetodika

Autor viis läbi uuringu, et teada saada, kui palju noori külastab spordiringe, missugused spordialad noorte seas on populaarsed ja millised on edukad. Autorit huvitas ka noorte motivatsioon spordiga tegelemisel, kas see on seotud edukusega ja teiste eeskujuga.

Autor kogus andmeid Sillamäe spordi ajaloost ja korraldusest. Autor kirjeldab oma töös, kuidas arenes linna spordielu ja kuidas see toimub praegu.

Oma töös kasutab autor statistilisi andmeid, mis olid esitatud Eesti spordiregistris. Autor uurib, kui palju noori külastab Sillamäe spordiringe, samuti seda, kui palju noori elab linnas. Seejärel analüüsib autor Sillamäe aasta parimate sportlaste andmeid, et selgitada välja kõige edukamad spordialad. Statistilised andmed aitavad analüüsida, millised spordialad on noorte seas populaarsemad ja millistel spordialadel on kõige rohkem edu saavutatud, ning kas saadud tulemused ühtivad või erinevad. Statistiline analüüs annab võimaluse uurida ja võrrelda saadud andmeid.

Uuringu käigus kogub autor informatsiooni erinevate spordialade sportlaste ja nende saavutuste kohta. Need andmed aitavad paremini aru saada, millised spordialad on linnas kõige edukamad.

Autor viib noorte seas läbi küsitluse, kus noored valivad loetelust spordialad, millega nad tahaksid tegeleda. Küsitluses soovib autor teada, miks noored on konkreetse spordiala valinud ja millega nad oma valikut põhjendavad. Küsitlus noorte seas aitab autoril aru saada, missugused spordialad on noortele huvitavad, millega nad on motiveeritud tegelema.

Uurimistöös viib autor läbi intervjuu ekspertidega, kes annavad tagasisidet Sillamäel harrastatavate spordialade ja spordiürituste organiseerimise kohta. Ekspertide kohal on inimesed, kes teavad seda valdkonda, kes saavad anda olulisemad kommentaare Sillamäe noorte spordist.

Lõpus autor analüüsib saadud tulemusi ja teeb järeldused. Autor toob uuringus välja olulisemad momendid ja kommenteerib neid.

3.1.1. Sillamäe spordi ajalugu ja korraldus

Sillamäel on sport au sees olnud juba väga palju aastaid. 1949. aastal asutati esimene spordiselts, mis kandis nime "Traktor". 1951. aastal sai selts endale uue nime "Kalev". Selle spordiseltsi organiseerisid noored spetsialistid, kes töötasid Sillamäe tehases. (Sillamäe kodulugu)

Noortel, kes tulid tehasesse tööle, olid omad huvialad spordi vallas. Spordiala number üks, mida paljud noormehed harrastasid, oli loomulikult jalgpall. Tol ajal oli igal spordiühistul oma jalgpalliväljak (ehitatud sportlaste endi poolt) ja võrkpalliplats. Sel perioodil algas intensiivne staadioni ja spordihoone ehitamine. Spordihoone avati sügisel 1951, järgmisel aastal lõpetati ka staadioni ehitamine. Seoses spordirajatiste avamisega loodi spordiklubid, nagu näiteks jalgpalli-, võrkpalli-, kergejõustiku-, võimlemis- ja maleklubi. Spordiklubides harrastatavatel aladel hakkasid sportlased omavahel võistleva. (Orlova 2005: 74)

Aastal 1955 tehti algust esimese jäähokiväljaku tribüünide ja riietusruumide ehitusega. Veidi hiljem avati varuväljak iluuisutamistreeningute jaoks. Pärast seda hakati rajama ka staadionitele liuradasid, kus sai uisutada muusika saatel. Arvestades uisutamise populaarsust, oli kogu staadioni jooksurada uisutajate päralt. (Sillamäe kodulugu) Neil aastatel pöörati suurt tähelepanu massispordile ja eriti normide "Valmis tööks ja kaitseks" (VTK-normid) täitmisele kooliõpilaste, noorte ja linna elanikkonna seas. Samal ajaperioodil ehitati kaks tenniseväljakut ja lasketiir. Sõtke jõe ehitati ujumisala 25 m ujumisradade ja hüppetorniga. Aastal 1955 võeti vastu otsus avada Laste ja Noorte Spordikool kergejõustiku ja korvpalli osakonnaga (Orlova 2005: 75–76).

Linn arenes ja hakati tegelema uute spordialadega, nagu näiteks käsipall, tennis, keegel, suusatamine, jalgrattasõit. 1968. aastal ehitati ujula. Detsembris 1974 tunnustati spordikompleks üheks parimaks sportiehitiseks linnas ja Eestis (Sillamäe kodulugu). Alates 1985. aastast sai linnas harrastada 24 erinevat spordiala, sealhulgas sambot, matkamist, purjetamist ja võimlemist. Samal aastal osales üheksa Sillamäe sportlast NSV Liidu esimestel noortemängudel (ujumine, kergejõustik, militaarmaadlus, meremaadlus).

Linnas tegeleti intensiivselt tervise edendamisega. Loodi erinevad terviserühmad, võeti osa rahvajooksudest, teatejooksust. Loodi jooksjate klubid, turismile suunatud osakonnad ja populaarsust kogusid naiste võimlemisrühmad. (Orlova 2005: 78)

90ndatel hakkas tehase kultuurielu juhendama linn. See oli raske aeg. Paljud ehitised olid jäänud tühjaks, suletud olid lasketiir ja lastebassein, mõned ruumid anti rendile.

Tänapäeval areneb Sillamäel sporditegevus edasi linnavalitsuse toel. Linnas tegeleb spordivaldkonnaga ametnik, kelle töö on seotud noorte tegevusega ja konkreetset spordiga. Linnas tegutsevad väga aktiivselt erinevad spordiklubid. Tavaliselt saab ühes spordiklubis tegelda ühe spordialaga, aga näiteks Kalevi spordiklubisse kuuluvad paljud spordialad (vt lisa 2). Sillamäel on olemas spordihoone, kus on suur mängusaal, väike mängusaal, kergejõustikumanež, lauatennisesaal, aeroobikasaal, jõusaal ja malesaal. Linnas on ujula, staadion, jalgpalliväljak, korvpalliväljak, rulapark ja liuväli. Mere ääres on ehitatud spordirada ja spordiplatsid. Linna elanikud kasutavad spordirajatisi väga aktiivselt. Iga kuu toimub linnas umbes 20–30 erinevate spordialade võistlust.

Sport Sillamäel – see on enamasti laste ja noorte sport. Kuna linnas puuduvad kõrgkoolid, siis paljud noored, sh sportlased, lahkuvad linnast ja sõidavad õppima mõnda teise linna või riiki.

Linnas on olemas oma spordiliit, kes organiseerib selliseid võistlusi nagu „Koolimängud”. Võisteldakse üheksal spordialal, mis on kooliprogrammis. Võistlusel osaleb 200–300 õpilast, kes kaitsevad oma kooli au. Aasta lõpus autasustatakse parimaid noori sportlasi. Sellel võistlusel osalevad kõik linna haridusasutused. Muidugi mängivad linna kehalise kasvatuses õpetajad ka suurt rolli noorte motiveerimisel ja

suunamisel võistlusele. Nad näevad noortes potentsiaali ja aitavad seda arendada. „Koolimängud” kasvatavad armastust spordi vastu juba lapsepõlves.

Tänapäeval on Sillamäe linna spordielu väga mitmekülgne ning noortel on valik, kus nad tahavad käia ja millega nad tahavad tegeleda. Linnas on palju spordiringe, mille tegevusest võib osa võtta, ja spordirajatisi, mida on võimalik kasutada, on olemas ka inimesed, kes töötavad ja arendavad noorte spordielu. Koolid on ka väga huvitatud, et suunata õpilasi spordiga tegelema ning tehakse palju noorte kaasamiseks sporditegevusse, aga noortel ka peab olema huvi ja tahtmine sporti teha.

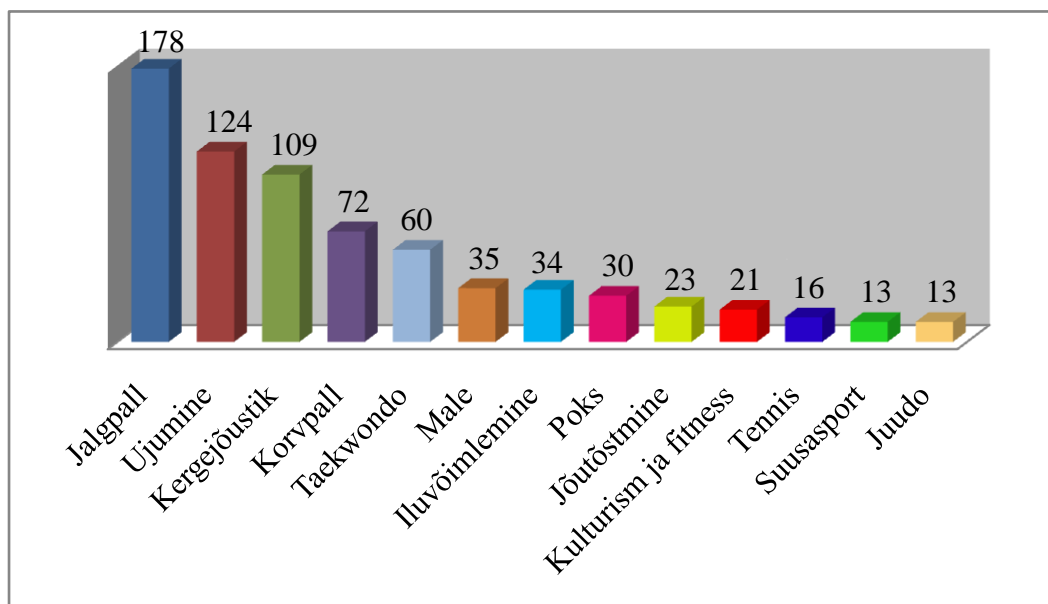
Samas näitab ajalugu, et mõned spordialad, millega sai tegelda Sillamäe spordi algusaastatel, on kadunud (vt lisa 1). Et linna spordielu ei seisaks paigal, peab sporditegevust veel rohkem arendama, et tagasi tuua endisi spordialasid ja leida võimalusi rakendada uusi spordialasid.

3.1.2. Populaarsemad spordialad

Autor nimetab populaarseteks spordialadeks need spordialad, mille külastatavus on suurem. Spordialad, mida harrastab rohkem inimesi, on populaarsed spordialad, sest seda valivad ja sellega tegelevad paljud inimesed.

Populaarsemate spordialade väljaselgitamiseks tugineb autor Eesti spordiregistris saadud andmetele (noorte osalejate arv huviringis) ja Sillamäe elanike arvandmetele. Saadud andmeid analüüsisid uurib autor, kui palju noori Sillamäe linnas külastab spordiringe ja kui palju noori ei ole seotud spordiga.

Eesmärgiks on analüüsida ja võrrelda harrastajate arvu spordiklubides ning kogu elanike arvu. Samuti uurida, kui palju spordiharrastajaid külastab Sillamäe linna spordiklubisid. Uurimisobjektiks on linna noored vanuses 19 a ja nooremad (spordiregistris on esitatud ainult selline noorte vanuserühm). Andmed on 31.12.2014 seisuga.



Joonis 1. Spordiharrastajaid Sillamäe spordiklubides (noored: 19 a ja nooremad)

Joonisel 1 esitab autor kõik Sillamäe linna spordiringid. Neid on palju (kuna Sillamäe linn ei ole suur) ning noortel on suur ja mitmekülgne spordiringide valik. Andmed joonisel 1 näitavad noorte spordiringide külalistatavust. Andmed on toodud 7–19-aastaste noorte kohta. Jooniselt on näha, et noored on rohkem motiveeritud tegelema järgmiste spordialadega: jalgpall, ujumine ja kergetõustik. Nendes ringides on külalistatavus kõige suurem ja need spordialad on kõige populaarsemad, põhinedes spordiregistrist võetud andmetele. Toodud andmete põhjal selgub, et kokku käib spordiringides 728 noort.

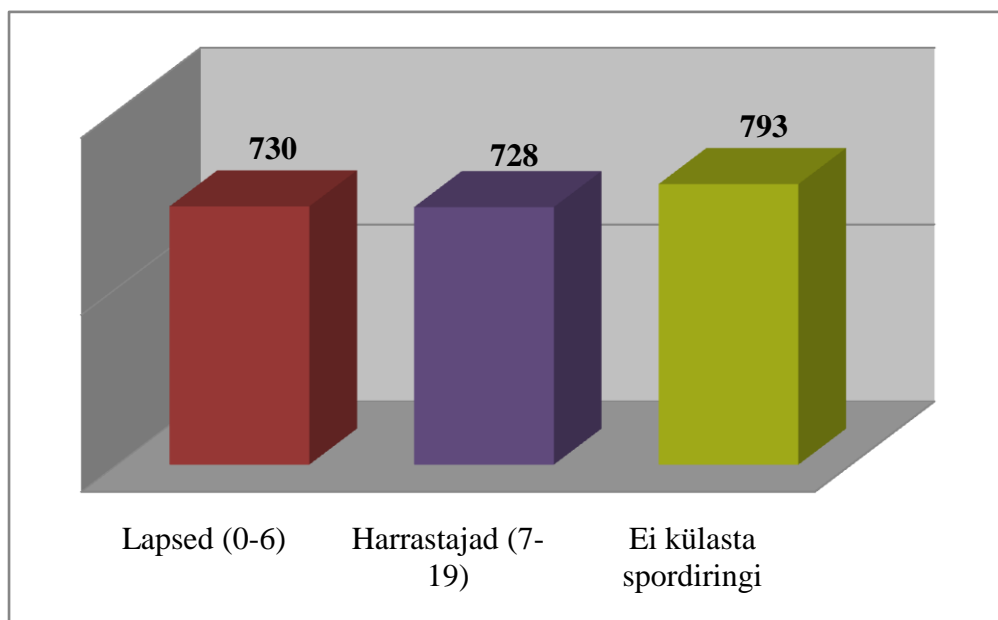
Tabelis 1 toob autor Sillamäe noorte kohta andmed, mis olid võetud linnavalitsusest. Tabelis autor esitab andmed noorte vanuse, sünniaasta ja arvu kohta. Andmed on seisuga 31.12.2014. Andmed on vajalikud autorile, et välja selgitada, kui palju noori elas linnas ja tegeles spordiga.

Tabel 1. Sillamäe linna noorte koosseis

Sünniaasta	Poisid	Tüdrukud	Kokku	Vanus
2014	54	54	108	0
2013	50	37	87	1
2012	53	50	103	2
2011	67	38	105	3
2010	65	43	108	4
2009	55	54	109	5
2008	58	52	110	6
2007	57	61	118	7

2006	61	75	136	8
2005	62	47	109	9
2004	50	81	131	10
2003	57	78	135	11
2002	52	57	109	12
2001	49	45	94	13
2000	80	55	135	14
1999	63	66	129	15
1998	54	54	108	16
1997	74	46	120	17
1996	51	53	104	18
1995	55	38	93	19
		Kokku:	2251	

Joonisel 2 autor esitab tulemused, mis saadi pärast nende andmete analüüsimist, mis olid võetud Eesti spordiregistrist ja Sillamäe linnavalitsusest. Andmed, mis olid võetud spordiregistrist, põhinevad vanusel 7–19 a. Tabelist 1 nähtub, kui palju lapsi vanuses kuni 7 eluaastani elas linnas, andmeid peegeldab ka joonis 2.



Joonis 2. Spordiringides osalevate noorte arv

Jooniselt 2 võib näha, kui palju noori tegeleb spordiga (need, kes on juba motiveeritud sporti tegema) ja kui palju noori ei külasta spordiringi (nende kohta ei ole andmeid),

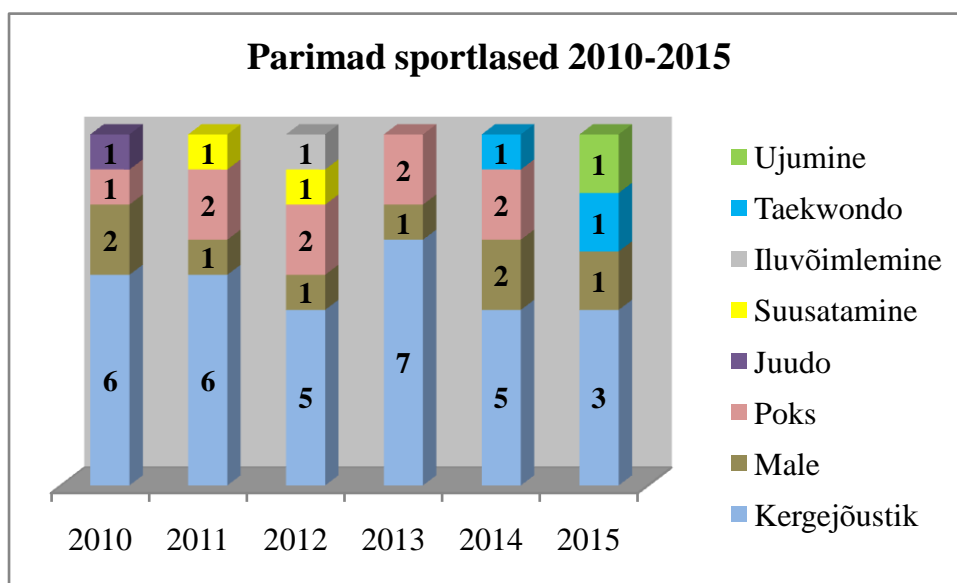
põhinedes andmetele spordiregistrist. Jooniselt on näha, et päris suur hulk noori ei tegele spordiga, nendega oleks vaja töötada ja neid motiveerida sporti tegema.

3.1.3. Edukamad spordialad

Oma töös autor toob välja edukamad spordialad. Autori arvates on edukad need spordialad, milles sportlased saavutasid paremaid tulemusi ja sportlased on tuntud oma linnas. Mida rohkem sportlasi, kes saavutavad häid tulemusi, seda edukam on spordiala, millega sportlane tegeleb.

Andmed edukamatest spordialadest kogub autor ürituste „Aasta parim sportlane“ andmete abil. Aasta lõpus nimetab Sillamäe linn kümme parimat sportlast, kes võivad olla erinevatelt spordialadelt. Valimise kriteeriumid on sportlase edukus võistlustel (meistrivõistlustel osalemine, meeskonda kuulumine, Euroopa ja maailmameistri-võistlustel osalemine, auhinnakohtade võitmine). Kõige edukamate spordialade selgitamiseks kasutas autor Sillamäe aasta parima sportlase andmeid aastail 2010–2015 (vt lisa 3).

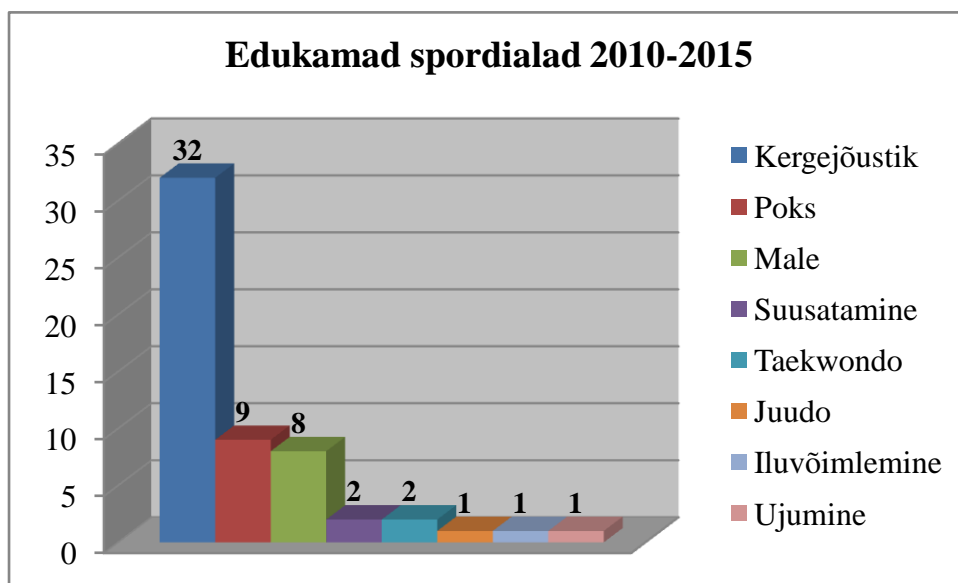
Joonisel 3 esitab autor aastaarvud ja need spordialad, kus olid sportlased kõige edukamad sellel perioodil. Joonisel on toodud ka arvud, mis näitavad, kui palju sportlasi erinevatelt spordialadelt oli kümne parima hulgas.



Joonis 3. Parimad sportlased 2010–2015

Joonisel 4 esitab autor edukamad spordialad. Andmed näitavad, et kõige edukam spordiala on kergejõustik. Sellel spordialal on valitud kõige rohkem aasta parimaid sportlasi, kes on saavutanud ka kõige rohkem tulemuslikke kohti.

Kergejõustik, poks, male, suusatamine, taekwondo, juudo, iluvõimlemine ja ujumine on Sillamäel spordialad, kus on saavutatud kõige paremaid tulemusi.



Joonis 4. Edukamad spordialad 2010–2015

3.1.4. Populaarsemate ja edukamate spordialade ülevaade

Statistilised andmed näitavad, et Sillamäe linna noored on motiveeritud tegelema spordialadega nagu jalgpall, ujumine, kergejõustik, korvpall, taekwondo, male, iluvõimlemine ja poks. Need spordialad on kõige populaarsemad ja neid spordiringe külastavad noored kõige rohkem. Uuringu käigus otsib autor vastust küsimustele, kas need spordialad kuuluvad ka kõige edukamate spordialade hulka ning kas edukad spordialad on noortele eeskujuks.

Tuginedes statistilistele andmetele, on jalgpall Sillamäel noorte seas esimesel kohal. Sillamäel on mitu spordiklubi, kus lapsed ja noored tegelevad jalgpalliga. Kõik võistkonnad osalevad Eesti meistrivõistlusel oma võistlusklassides. Jalgpall on populaarne ka naiste seas. Linnas on naiskond, kes edukalt osaleb erinevatel turniiridel. Sillamäel tegutseb ka noorte akadeemia. Akadeemias õpivad Ida-Virumaa noored,

kellele pakub huvi jalgpall, aga mängijaid on ka Venemaalt. Õpivad need noored jalgpallurid Sillamäe kutsekoolis, treeningud toimuvad Sillamäe Kalevi baasis. Linnas on ka võistkond, kes võistleb Eesti Premium liigas – JK Sillamäe Kalev. Meeskonna võistlustulemused on head ja nende saavutused võiks noortes tekitada huvi jalgpalliga tegelema. Sillamäe Kalev saavutas Eesti meistrivõistlustel 2009. aastal 2. koha, 2013. aastal 3. koha ja 2014. aastal 2. koha. Nende tulemustega pääses meeskond võistlusele Euroopa liigasse, mida on korraldatud UEFAga.

Sillamäel on kõik tingimused, et tegeleda ujumisega. On olemas 25-meetrine ujumisbassein. Noorte kaasamiseks ja huvi tekitamiseks organiseeritakse ujulas erinevaid koolidevahelisi võistlusi, Sillamäe linna lahtisi võistlusi, maakonnavõistlusi, karikavõistlusi ja Eesti meistrivõistlusi. Sageli osalevad võistlustel sportlased ka teistest riikidest. Mõnikord on noored meistrivõistlustel siiski saavutanud ka auhinnalisi kohti.

Kergejõustik on mitmekülgne spordiala ja noored saavad tegelda endale sobiva ja huvitava spordiga. Sillamäel on kergejõustik väga kõrgel tasemel. Sportlased saavad sageli auhinnakohti maakonnavõistlustel, on Eesti meistrivõistlustel parimatel kohtadel ja osalevad rahvusvahelistel võistlustel. Linnas on kasvanud üles paljud edukad sportlased. Keskmaajooksja Nikolai Vedehin on Sillamäe kergejõustikuklubi kasvandik. Tema saavutused on: mitmekordne Eesti meister, Euroopa meistrivõistlustel osaleja, suveuniversiaadil osaleja. Ta on püstitanud mitu rekordit.

Tuntuim Sillamäe sportlane on Anna Iljuštšenko, kes on mitmekordne Eesti meister kõrgushüppes ja kellele kuuluvad Eesti rekordid. Ta esindas Eesti riiki 2012. aastal suveolümpiamängudel, osales Euroopa sisemeistrivõistlusel, suveuniversiaadidel sai kaks korda pronksmedali. Niisugune sportlane nagu Anna on hea eeskuju noortele. Teda tuntakse ja austatakse. Sellist olukorda iseloomustab Maslow` inimvajaduste hierarhia (lugupidamise tasand).

Sillamäe kergejõustikumeeskond teeb palju, et kaasata noori ja suunata neid sporti tegema. Linnas organiseeriti rahvusvahelised võistlused ”Kõrgushüppegala”, kus osalesid sellised maailmas tuntud sportlased nagu Jaroslav Baba ja Tia Hellebaut.

Sillamäel tegeldakse ka korvpallimänguga. Võistkondade tulemused on keskmised, aga noorte seas on see väga populaarne spordiala. Sillamäe sportlased osalevad maakonna

meistrivõistlustel, Eesti karika- ja meistrivõistlustel. Korraldatakse ka koolivõistlusi, kus osalevad erinevad koolid. Sillamäe meeskonnad osalevad võistlustel II liigas, noorteliigas ja naisteliigas vastavates vanuseklassides.

Taekwondo on uus spordiring Sillamäe linnas. Statistilised andmed näitavad, et juba praegu see spordiklubi on populaarne. Klubi sportlased osalevad erinevatel võistlustel (Eesti meistrivõistlused, rahvusvahelised võistlused).

Male on spordiala, mis nõuab kiiret mõtlemist ja reageerimist. See spordiala aitab arendada mõtlemisoskust. Tuginedes statistilistele andmetele, saab öelda, et selle spordialaga tegelevad üsna paljud noored. Sportlased, kes tegelevad sellega professionaalselt, on saavutanud kõrge taseme. Kõige tuntum noor malemängija Sillamäel on Ilja Siroš. Ta on mitmekordne maakonnavõistluste võitja, Eesti meistrivõistluste ja karikavõistluste võitja oma vanuseklassis. Ta on osa võtnud Euroopa meistrivõistlustest, kuuludes esikolmikusse. Ta on mänginud sõprusmängu maletaja Garri Kasparoviga.

Sillamäel tegutseb mitu poksiringi. Selle ala populaarsus kasvab. Linnas organiseeritakse maakonnavõistlusi, Eesti meistrivõistlusi ja rahvusvahelisi võistlusi. Võistluste külastatavus on suur, mis räägib sellest, et see spordiala on linnaelanikele huvitav. Kõige tuntum poksija Rodion Ippolitov. Tema saavutused on Eesti meister, Euroopa Liidu meister, Euroopa meistrivõistluste auhinnavõitja ja paljudel rahvusvahelistel võistlustel osaleja. Selline eeskuju motiveerib noori spordiga tegelema.

Statistilise andmete põhjal võib kinnitada, et kõige edukamad spordialad Sillamäel on kergejõustik, poks ja male. Siia võib lisada ka meeskonnamängu jalgpalli, milles võistlustulemused on viimastel aastatel olnud väga head. Kõik need spordialad kuuluvad ka kõige populaarsemate spordialade hulka, mida külastavad Sillamäe linna noored.

Kuna uurimistöös ilmnes, et populaarsemad ja edukamad spordialad Sillamäel on samad, võib teha järelduse, et spordiringide külastatavus sõltub nii spordiala edukusest kui ka vastupidi, mida rohkem inimesi spordiala harrastab, seda suurema tõenäosusega

saab keegi edukaks. Kui noored teavad, et sellel spordialal saavutatakse häid tulemusi, tulevad nad ka sellesse spordiringi ja püüavad olla edukad.

3.2. Küsitlus noorte seas

Autor korraldas noorte seas küsitluse, mille eesmärgiks oli teada saada, missugused spordialad huvitavad noori. Küsitluse eesmärk oli teada saada, missugused spordialad on kõige populaarsemad noorte seas (statistilised andmed juba näitasid, millised alad on kõige populaarsemad sportlaste seas). Küsitluses osalesid noored, kes juba tegelevad spordiga, ja ka noored, kes ei tee sporti.

Küsitluses koostati loetelu, kus olid kirjas erinevad spordialad. Nad pidid valima sellest loetelust kolm, millega tahaksid tegeleda (seda iseloomustab enesemääratlemise teooria, noortel on valik ja nad teevad otsuse ise). Pärast pidid nad põhjendama oma valikut. Pakutavas loetelus olid erinevad spordialad: need, millega saab juba tegelda Sillamäel, ja need, millega ei saa tegelda (autori arvates on küsitluse tulemused objektiivsed, kuna spordialade loetelu on suur ja ei ole piiranguid). Noortele esitati ka küsimused, mis olid seotud edukamate spordialadega. Nad pidid vastama küsimustele ja oma arvamust avaldama. Autor esitas ka küsimuse kõige tuntumast Sillamäe linna sportlasest Anna Iljuštšenkost: kas noored teavad, kes ta on ning kas tema saavutused ja tulemused pakuksid huvi ning motiveeriks vastajaid tegelema sama spordialaga (vt lisa 4).

Küsitluses osalejad olid vanuses 7–26 a. Autoriga olid jagatud vastajad rühmadesse. Rühmad olid tehtud võrdse suurusega, et saada vastused erinevatest vanusest. Igas vanuserühmas oli kümme vastajat: viis poissi ja viis tüdrukut (tabel 1).

Tabel 2. Noorte valitud spordialad

Vanus	Tüdrukud	Poisid
7–11 a	Iluvõimlemine (3) Võimlemine (3) Kujundujumine Korvpall Vettehüpped Tennis	Kergejõustik (2) Jalgpall (2) Vibusport (2) Võrkpall Korvpall Jääpall

	Iluuisutamine Piljard Lauatennis Rannavõrkpall Akrobaatika	Minijalgpall Saalijalgpall Jalgrattasport Kulturism Vettehüpped Laskmine Käsipall
12–16 a	Iluuisutamine (3) Jalgpall (3) Kergejõustik (2) Ratsutamine (2) Ilovõimlemine Võimlemine Fitness Ujumine Tennis	Kergejõustik (2) Male (2) Jäähoki (2) Sõudmine Poks Tennis Judo Kulturism Vehklemine Jalgrattasport Skeleton Laskmine
17–21 a	Jalgpall (2) Iluuisutamine (2) Kergejõustik (2) Ilovõimlemine Poks Võrkpall Lumelauasõit Purjetamine Maahoki Male Jalgrattasport Akrobaatika	Vibusport (2) Jalgpall (2) Ujumine (2) Lumelauasõit Laskmine Male Piljard Tennis Sumo Poks Karate Laskesuusatamine
22–26 a	Jalgpall (3) Fitness (3) Iluuisutamine (2)	Jalgpall (2) Lauatennis (2) Judo (2)

	Iluvõimlemine (2)	Poks
	Võimlemine	Vabamaadlus
	Rannavõrkpall	Jäähoki
	Jalgrattasport	Vettehüpped
	Ratsutamine	Lühirajaisutamine
	Kergejõustik	Vibusport
		Saaljalgpall
		Tennis
		Lumelauasõit

Tabelis 2 autor esitab spordialad, mida noored valisid. Need tulemused näitavad tüdrukute ja poiste valiku erinevust. Tüdrukutele meeldivad rohkem sellised spordialad nagu iluuisutamine ja iluvõimlemine. Oma valikut põhjendasid nad niimodi: „ilus spordiala, väga meeldivad ilusad säravad kleidid, meeldib vaadata võistlusi, spordiala aitab arendada erinevaid lihaseid ja koordineerimist, muusika mängib oma rolli“ (vt lisa 6).

Poistele aga meeldivad paljud spordialad. Nad eelistavad meeskonnamänge, kus võib loota oma kaaslaste peale. Neid huvitavad ka aktiivsed spordialad, nagu näiteks vibusport. Seda spordiala Sillamäe linnas harrastada ei saa, aga huvi midagi uut proovida on suur. Poisid eelistavad ka kontaktset spordiala nagu poks (vt lisa 7).

Küsitluse tulemused näitavad, et noored on mitmekülgsed ja valivad väga aktiivseid spordialasid. Tähtis on see, et noored on motiveeritud tegelema spordialadega, mis on linnas kõige edukamad. Need spordialad on kergejõustik ja jalgpall. Seega võib järeldada, et spordiala edukus võib mõjutada spordiringi valikut (vt lisa 8).

Kui noored vastasid küsimustele edukamatest spordialadest, siis leidsid kõik vastajad, et sportlase edukus võistlustel võib motiveerida ja tuua uusi spordis osalejaid. Samuti märgiti, et spordiala vastu kasvab huvi, kui vaadatakse teiste saavutusi. See kinnitab ka Maslow` inimvajaduste hierarhiat (lugupidamise tasand). Samal ajal aga pole noortele näiteks Anna Iljuštšenko saavutused ja tulemused eeskujuks ega motiveeriv tegur. Paljud noored mainisid niisugust faktorit nagu „huvi“, st kas soovetakse sporti teha või ei soovita, kas on sporti vastu huvi või ei ole. Noored arvasid, et kui neil on soov sporti

teha ja huvi spordiala vastu, siis nad tulevad sporti tegema, aga teiste tulemused neid ei motiveeri sportima.

3.3. Intervjuu ekspertidega

Autor korraldas intervjuu ekspertidega, kes on seotud spordiga ja kes tunnevad seda valdkonda. Ekspertid arutlesid edukamate spordialade ja selle üle, millest sõltub spordiala populaarsus noorte seas. Ekspertid kommenteerisid Sillamäe spordi praegust olukorda.

Ekspertideks olid Ida-Virumaa spordiliidu esimees Rene Kundla ja Tartu Ülikooli kergejõustiku didaktika lektor, kergejõustikutreener Harry Lemberg.

Rene Kundla arvates ei kasuta linn oma potentsiaali ning võiks suunata rohkem ressursse spordi propageerimisele ja populariseerimisele. Spordirajatised on vanad ja vajavad uuendamist. Linnas korraldatakse vähe spordiüritusi. Meeskonnasporti küll tehakse, aga mitte sellel määral, kui vaja oleks. Kõige edukam on jalgpallimeeskond, teised meeskonnasporti alad on harrastajate tasemel.

Harry Lembergi arvates peavad noorte motiveerimiseks olema spordiringides kompetentsed treenerid. Tema toob eeskujuks Sillamäe kergejõustikutreeneri Jevgeni Terentjevi, kes on hea näide, kuidas treener peab oma tööd tegema. Jevgeni Terentjev armastab oma tööd ja võib-olla sellepärast ongi kergejõustik linnas kõige edukam spordiala.

Ekspertide kommentaarid aitavad näha Sillamäe spordikorraldust ka teisest küljest ja parandada olukorda. Rene Kundla tõi esile rohkem negatiivset, mis spordikorralduses ilmneb. Harry Lemberg pakkus välja positiivseid aspekte, mille abil võib Sillamäel sporti edasi arendada.

Ekspertid jõudsid ühisele arvamusele, et spordiala edukus motiveerib noori tegelema selle alaga. Kui on konkreetsed näited, keda võiks näha, kellega võiks suhelda, siis see on väga motiveeriv faktor noorte spordiala valikus. Rene Kundla tõi niisuguse näite nagu Reena Koll, kes on Eestis tuntud teivashüppaja. Kohtla-Järve meistrivõistlustel oli

ta nagu tõeline staar väikeste sportlaste jaoks. Lapsed said temaga koos pilti teha, võeti autogramme. Ja nii on suur võimalus, et aina rohkem lapsi soovib kergejõustikuga tegelda, kuna on olemas reaalne „käega katsutav“ eeskuju.

3.4. Tulemuste analüüs ja järeldused

Statistiliste andmete põhjal võib öelda, et suur hulk Sillamäe linna noori (793) ei külasta spordiringid. Need arvud saadi pärast Eesti spordiregistrist ja Sillamäe linnavalitsusest võetud andmete analüüsimist. Autor ei ole uurinud, kas need noored, kes ei ole fikseeritud Eesti spordiregistris, tegelevad spordiga või ei tegele. Aga need andmed, mis on olemas, näitavad seda, et linnas on veel palju noori, keda võiks motiveerida spordiga tegelema.

Uurimistöös ilmnas, et kõige edukam spordiala individuaalspordis on kergejõustik. See spordiala kuulub ka kõige populaarsemate spordialade hulka, mida näitavad ka statistilised andmed. Sellest tulenevalt võib autor teha järelduse, et spordiala edukusest sõltub spordiringi valik. Kui noored näevad, et teatud spordiala sportlased saavutavad võistlustel häid kohti, osalevad rahvusvahelistel võistlustel, siis see annab stiimuli ja teiste eeskuju on innustav.

Küsitlus noorte seas näitas, et noortele meeldivad väga erinevad spordialad. Kõige rohkem meeldib neile jalgpall, kergejõustik, tennis ja jalgrattasport. Need spordialad valisid nad selliste spordialade loetelust, kus oli välja toodud alad, millega saab linnas tegeleda ja millega ei saa linnas tegeleda. Näiteks jalgrattasõidu kui spordialaga Sillamäel tegelda ei saa. Küsitlusest ilmnas, et noortele see spordiala meeldib ja nad on motiveeritud sellega tegelema. Selline noorte valik on tihedalt seotud enesemääratlemise teooriaga (kui inimesed teevad tegevusi, mis on neile huvitav, siis tahavad nad seda lõpuni teha). Kuna küsitluses osales vähe noori, siis ei saa vastuste põhjal olulisi üldistusi teha. Noorte vastustest on näha, et nad valisid ka need spordialad, mis kuuluvad linna edukate spordialade hulka – jalgpall ja kergejõustik. Sellest autor saab järeldada, et huvi nende spordialade vastu on olemas ja võib-olla spordiala edukuse tõttu valisid noored need spordialad.

Noored arvasid ka, et sportlaste edukus võistlustel võib tuua uusi huvilisi selle spordiala juurde. Samuti ilmnes küsitlusest, et teiste sportlaste edukus võib motiveerida inimesi spordiga tegelema. Kuigi noorte vastustest selgus, et kui nad ise peaksid valima spordiala, siis teiste edukus ei ole isiklikult nendele tähtis ja motiveeriv faktor. Noored valivad spordiringid oma soovide ja huvide järgi, samas ei eita nad seda, et mõni võib teha otsuse ühe või teise spordiala kasuks edukate sportlaste tulemuste tõttu.

Ekspertid on ka kindlad, et sportlaste edukus aitab noortel näha sporti teisest küljest. Kui noor näeb, kuidas edukas sportlane läheneb oma eesmärgile, saab soovitud auhinna, hakkab noor mõtlema, et ta sooviks ka ise sama saavutada ja hakkab spordiga tegelema. Ekspertide arvamuse põhjal teeb autor järelduse, et sportlaste edukus (spordiala edukus) toob spordialale uusi huvilisi, mis tähendab, et edukus on motiveeriv faktor.

Autor ei ole uurinud, kas spordiala edukus motiveerib noori tegelema selle konkreetse spordialaga. Samuti autoriga ei ole käesolevas töös uuritud, kas teiste edukus teatud spordialal aitab noortel aru saada, millise spordialaga nad soovivad tegelda ning mis neile pakub huvi ja motiveerib neid edasi liikuma.

Uurimistöös ilmnes üks ja kõige olulisem järeldus – spordiala edukusest sõltub spordi populaarsus.

KOKKUVÕTE

Käesoleva lõputöö eesmärgiks oli välja selgitada, kuidas tõsta noorte motivatsiooni spordiga tegelemiseks Sillamäe linnas edukate spordialade populariseerimise kaudu.

Eesmärgi saavutamiseks olid püstitatud järgmised ülesanded:

- Koostada ülevaade motivatsiooni mõistest
- Anda ülevaade noorte huvitegevusest, sportlikust tegevusest
- Anda ülevaade edukatest spordialadest Sillamäel
- Tutvustada spordialasid, mis on populaarsed ja edukad noorte seas
- Välja selgitada, kuidas võib motiveerida noori spordiga tegelema, analüüsida andmed
- Uuringutulemuste põhjal teha järeldused ja ettepanekud

Töö esimeses peatükis käsitleb autor motivatsiooni mõistet ning toob välja erinevad motivatsiooniteooriad (Maslow` inimvajaduste hierarhia, Deci ja Rayani enesemääratlemise teooria). Abraham Maslow` lõi vajadustepüramiidi, mis annab ülevaate inimeste peamistest vajadustest. Need on füsioloogilised vajadused, turvalisuse vajadused, sotsiaalsed vajadused, lugupidamise vajadused ning enesetoetuse vajadused. Lugupidamise vajadused iseloomustavad eriti noorte motivatsiooni spordis. Kui midagi õnnestub, tekitab see enesest lugupidamise ning teise poolt tunnustamise ja tähelepanu. Enesemääratlemise teooria on tihedalt seotud motivatsiooniga spordis. Sisemise motivatsiooni puhul inimestele meeldib teha seda, mida ta teeb. Näiteks valib noor endale spordiala oma vaba tahte alusel ja tegeleb sellega suure huviga, vabalt, ilma piiranguteta. Väline motivatsioon iseloomustab olukorda, kus noor tegeleb spordiga millegi pärast. See võib olla materiaalne tasu, kiitus, innustamine. Noorte motiveerimisel peab olema ettevaatlik. Harrastamine peab olema noortele huvitav ja siin võib püstitada enne väikesi eesmärke ja samm-sammult minna edasi. Kui saavutused osutuvad edukateks, on tulemuseks positiivsed emotsioonid, mis panevad noort seda tegevust nautima. Kui mingi tegevus on ebaõnnestunud, siis toob see kaasa negatiivseid emotsioone ning tulemuseks võib olla nii motivatsiooni langus kui ka huvitegevuse lõpetamine. Aga sellega võib hakkama saada ja kõik ebaõnnestunud katsed tuleb arvesse võtta. Probleemide ületamine motiveerib noori kõrgemaid eesmärke saavutama.

Teises peatükis käsitleb autor noorte huviharidust ja huvitegevust. Autor annab ülevaate noorte sportlikust tegevusest ja selle jaotamisest ning noorsootöötajate rollist noorte huvitegevuses. Niisugune huvitegevus nagu sport on väga kasulik noortele. Sport aitab omandada praktilisi oskusi, arendada füüsilisi ja sotsiaalseid võimeid, arendada olulisi isikuomadusi. Huvikoolides tegutsevad erinevate huvialade spetsialistid, spordiringides treenerid. Muidugi õpetavad treenerid noortele harjutuste tehnikat, näitavad elementide sooritamist (see on tähtis spordis), see kõik on oluline noorte jaoks. Kõigepealt treener on alati valmis aitama. Treener saab kuulata noori, kui nendel on probleemid, ja oskab ka soovitada lahendust. Treenerite abil omandab noor ühiskonnas heaks kiidetud väärtusi, käitumisnorme ja oskusi, nii mängib treener suurt rolli noorte arendamisel ja sotsialiseerumisel.

Töö kolmandas peatükis annab autor ülevaate Sillamäe linna spordiajaloost, analüüsib, millised on populaarsemad ja edukamad spordialad ning parimad sportlased. Statistiliste andmete abil määras autor linna populaarsemad spordialad ja kõige edukamad spordialad. Kõige populaarsemad spordialad on jalgpall, ujumine ja kergejõustik. Edukamad spordialad on kergejõustik, poks ja male. Tulemusi võrreldes selgus, et linna kõige edukam spordiala on kergejõustik, mis kuulub ka populaarsemate spordialade hulka. Autor viis noorte seas läbi küsitluse, millest selgus, et noortele meeldivad mitmesugused spordialad: jalgpall, kergejõustik, tennis, jalgrattasport. Küsitluse käigus vastasid noored ka küsimustele, mis olid seotud spordiringi valimisega. Vastustest ilmnes, et üldiselt noori motiveerivad teiste tulemused ja ollakse valmis spordiringi tulema. Küsitluses osalenud noori aga isiklikult teiste tulemused ja edukus ei motiveeri. Nad valiksid endale spordiringi oma soovide järgi. Uuringu käigus viidi läbi ka intervjuu ekspertitega, kes arutlesid Sillamäe linna spordikorralduse üle ja leidsid, et linn ei kasuta oma potentsiaali ning võiks suunata rohkem ressursse spordi propageerimisele ja populariseerimisele. Kindlasti on kõige suurem roll inimfaktoril – treeneril. Tal peab olema armastus oma töö vastu ja oskus noori motiveerida. Ekspertid jõudsid ühisele arvamusele, et spordiala edukus motiveerib noori tegelema selle alaga. Kui on konkreetsed näited, keda võiks näha, kellega võiks suhelda, siis see on väga motiveeriv faktor noorte spordiala valikus. Noortele on vaja näha teiste eeskujut.

Lähtudes käesoleva töö uuringutulemustest, teeb autor ettepanekud, kuidas tõsta noorte motivatsiooni tegeleda spordiga.

- Tutvustada sportlaste saavutusi, et kaasta uusi huvilisi. Teiste eeskuju on väga tugev motivatsioonifaktor.
- Võtta tööle kvalifitseeritud spetsialistid. Treenerid peavad teadma oma professionaalseid aspekte, kuid peavad oskama olla ka kui head noorsootöötajad. Kõik treenerite tegevused on suunatud noortele.
- Organiseerida spordiüritusi, et propageerida liikumist ja sportlikku eluviisi.

Käesoleva lõputöö tulemused võiksid vajalikud olla spordivaldkonna töötajatele, sportlastele, noorsootöötajatele ja ka kõigile neile, keda huvitab spordi teema.

SUMMARY

THE IMPACT OF SUCCESSFUL FIELDS OF SPORTS ON YOUTH MOTIVATION TO PARTICIPATE SPORTS ACTIVITIES

The aim of the current thesis was to analyse how to increase the motivation of involvement in sports activities of youth in Sillamäe by promoting the more successful sports.

The following tasks were set to achieve the set aim:

- To provide an overview of the theoretical approaches on explaining motivation
- To provide an overview of the youth activities, including youth sports activities
- To introduce the more successful sports in Sillamäe
- To introduce the sports that are more popular amongst youth
- To analyse how to motivate youth to get involved in sports
- To present the conclusions and proposals as a result of the analysis

In the first chapter, the author introduces the term “motivation” as explained in different theoretical approaches (Maslow`s hierarchy of human needs, Deci and Ryan`s self-determination theory). Abraham Maslow has introduced the pyramid of needs which explains the basic human needs, involving the physiological needs, need for security, social needs, and need for respect and self-fulfilment. The youth motivation in engagement in sports can be mainly explained by the need for respect: success in sports gives a feeling of self-respect and approval and positive attention by the peers. The self-determination theory is also closely related to motivation in sports. In case of intrinsic motivation, the person enjoys the activities he or she is doing. For example, if a youngster freely chooses the sports activity based on personal preferences, he or she is passionately engaged in this activity voluntarily and without any set limits. On the other hand, extrinsic motivation can explain the situation when a youngster is doing sports for reasons other than personal engagement, e.g. material reward, praise, encouragement. Motivating youth has to be done with a sense of cautiousness. The extra-curricular activity, like sports, has to be interesting and the set goal should be smaller, to progress step by step. The success in achieving the goals creates positive emotions that make the youngster enjoy the activity. On the other hand, failures are followed by negative emotions which result in decreased motivation and quitting the activity. But the failures

can also be overcome and considered a lesson to learn. Overcoming problems motivates youth to set and achieve higher goals.

In the second chapter, the author elaborates on the role of extra-curricular activities and non-formal education, also providing an overview of youth sports activities and its types as well as of the role of the youth worker in non-formal education. Sports activities are very beneficial for youth. Sports activities help to acquire practical skills, develop physical and social abilities as well as personal qualities. Specialists of different extra-curricular activities, including sports coaches work in hobby schools. The coaches teach the youngsters sports techniques and training exercises which is all important for youngsters. First and foremost, the coach is always willing to help and support. The coach can listen, when a youngster has troubles and recommend for possible solutions. The coach can also be a facilitator for the youngster in adapting approved social norms and behavioural skills, thus, playing an important role in development and socialisation process of a youngster.

In the third chapter, the author introduces the sports history of the town Sillamäe, its more popular and successful sports and renowned sportsmen. The author has outlined the most popular and successful sports based on statistical data. Based on the data, the most popular sports in Sillamäe are football, swimming and athletics. The most successful sports are athletics, boxing and chess. The comparison of the results showed that athletics is the most popular and successful sports in Sillamäe. The author conducted a survey amongst youngsters in Sillamäe, that revealed that they are interested in different sports: football, athletics, tennis, cycling. As part of the survey, the respondents also answered a question concerning choosing a hobby class. The answers revealed that, in general, youngsters are motivated by good achievements of others which can also motivate participation in sports. On the other hand, the respondents did not see themselves personally being motivated to participate sports as a result of others' success. The respondents would rather choose to participate sports activities based on their personal preferences. The survey also included an interview with the experts to discuss the organisation of youth sports activities in Sillamäe. The experts concluded that the full potential of youth sports is not used and the municipal government should put more effort and resources in promoting sports among youngsters. The most important role in youth sports lies in the human factor – in the coach. The coach should believe in his/her work and its mission and have an ability to

engage and motivate youngsters. The experts unanimously concluded that the success of a certain field of sports motivates youngsters to take on this sport as their chosen hobby. Successful sportsmen as role models are an important motivating factor in promoting sports amongst youth.

Based on the results of the current research, the author proposes the following measures to increase youth motivation in involvement in sports:

- To introduce the achievements of successful sportsmen to attract participants. Following successful examples is a strong factor of motivation for youngsters.
- To recruit qualified specialists as coaches. The coaches in youth sports have to equally be professionals in the sports as well as good youth workers as all their work is directed to youth.
- To organise more sports events to promote active and healthy lifestyle.

The results of the current thesis could be used by the administrative specialists in the field of sports, sportsmen, youth workers and all other stakeholders interested in and connected to the field of youth sports.

KIRJANDUS

- Daniels, P. J. 2004. Kuidas saavutada oma elu eesmäärke. Tallinn: Eesti Kristlike Meeste Teenistus
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*
- Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Ryan, R. M. 1991. Motivation and Education: The Self-Determination Perspective. *Educational Psychologist*
- Denny, R. 2010. Motiveeritud võitma: kuidas motiveerida ennast ja teisi. Tallinn: AS Äripäev
- Gagne, M., Deci, E. R. 2005. Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*
- Kirss, L., Batueva, V. 2011. Eesti noorte osalemine noorsootöös.– SA Poliitikauuringute Keskus Praxis (toim.). Noorteseire aastaraamat 2011. Tallinn
- Krotov, V. 2002. Страницы истории Силламяэского спорта. Narva Trükk
- Landsberg, M. 2003. Motiveerimise kunst: inspireeri ennast ja teisi. Tallinn: Varrak
- Malmberg, K. 2005. Tahte tekitajad: kuidas luua motiveerivat töökeskkonda. Tallinn: Äripäeva kirjastus AS
- Maslow, A., H. 2007. Motivatsioon ja isiksus. Tallinn: OÜ Mantra Kirjastus
- Orlova, A. 2005. Силламяэ (1946–1989). Спорт, спорт, спорт. Sillamäe raamatukogu
- Rannala, I., Schlümmer, E., Taru, M., Kaasik, P. 2013. Noorsootöö õpik. Tallinn: SA Archimedes Euroopa Noored Eesti büroo
- Raudsepp, L., Hannus, A., Matsi, J., Koka, A. 2010. Spordipsühholoogia õpik. Tartu: Atlex
- Soiluva, M., Veigel-Sepman, P. 2000. Lapse tähtsad harrastused. Kodu ja Aed
- Strongman, K. T. 2009. Psühholoogia igapäevaelus. Tallinn: Kirjastus Pegasus
- Talts, L., Tilk, M. 1997. Kodu ja laps. Tallinn: Koolibri
- Vadi, M. 2004. Organisatsioonikäitumine. Tartu Ülikooli Kirjastus
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., Vallières, E. F. 1992. The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*

Kogumikud ja dokumendid

Huvialaharidus ja huvitegevus. Rakenduslik kompleksuuring. 2005. Maaelu Arengu Instituut

Liikumisharrastuse arengukava 2011–2014. 2010. Tallinn: Kultuuriministeerium

Loko, J. 2008. Treenerite tasemekoolitus. Spordi üldained II tase. Haridus- ja Teadusministeerium

Metsäär Margit, Villems Daniel, Übius Ülle. 2007. Noorsootöö käsiraamat. Tallinn. Aktaprint

Noorsootöö strateegia 2006–2013. 2006. Tartu: Haridus- ja Teadusministeerium

Noorsootõtaja kutsestandard. 2006. Hariduse Kutsenõukogu

Noortemonitor 2009. 2010. Eesti Noorsoo Instituut. Tallinn: Ofset OÜ

Noortevaldkonna arengukava 2014–2020. 2013. Haridus- ja Teadusministeerium

Rosenblad, Y., Randoja, M. 2008. Kultuur, sport, vaba aeg. Kogumikus: Lapsed. Tallinn: Statistikaamet

Noorteseire aastaraamat 2011. 2010. Tallinn: SA Poliitikauuringute Keskus Praxis

Tiit, T. 2007. Huvijuht – kes ja milleks? Huvijuht koolikultuuri kujundavas võrgustikus. TÜ Viljandi Kultuuriakadeemia kultuurihariduse osakonna toimetised nr. 1

Treenerite tasemekoolitus. Spordi üldained I tase. 2008. Haridus- ja Teadusministeerium

Täiskasvanute spordiharrastus ja selle arengu perspektiivid. 2004. Uuringu aruanne. Eesti Sporditeabe Sihtasutus

Seadused

Huviharidusstandard (RTL 2007, 27, 474)

Huvikooli seadus (RT I 2007, 4, 19)

Noorsootöö seadus (RT I 2010, 44, 262)

E-materjalid

Ajakiri Liikumine ja sport <http://www.sportkoigile.ee/ajakiri-qliikumine-ja-sportq> (viimati vaadatud 06.01.2016)

Eesti Jalgpalli Liit www.jalgpall.ee (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Kergetõustikuliit <http://ekjl.ee/avaleht> (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Korvpalliliit www.basket.ee (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Maleliit www.maleliit.ee (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Olümpiakomitee <http://www.eok.ee/> (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Spordi Harta. 2002. <http://www.eok.ee/eesti-spordi-harta> (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti spordiregister <http://www.spordiregister.ee/> (viimati vaadatud 15.07.2015)

Eesti Ujumisliit www.swimming.ee (viimati vaadatud 15.11.2015)

Eesti Võimlemisliit www.eevl.ee (viimati vaadatud 15.11.2015)

JK Sillamäe Kalev <http://www.fcsillamae.ee/> (viimati vaadatud 15.07.2015)

Kiviõli I Keskkool. Huvitegevus. <http://www.k1k.ee/huvitegevus> (viimati vaadatud 07.08.2015)

Maslow`s Hierarchy of Needs <http://www.simplypsychology.org/maslow.html> (viimati vaadatud 10.11.2015)

Motivation Theories <http://www.slideshare.net/ShadiAR/motivation-theories-47645262> (viimati vaadatud 12.11.2015)

Motivation to Learn: An Overview. 2011. <http://www.edpsycinteractive.org/topics/motivation/motivate.html> (viimati vaadatud 02.07.2015)

Narva Energiajooks. Statistika. <http://www.jooks.ee/narva/index.php?id=35&lang=ET> (viimati vaadatud 10.05.2016)

Noorte huviharidus ja huvitegevus <http://www.entk.ee/huviharidusjahuvitegevus> (viimati vaadatud 06.08.2015)

Organisatsioon ja juhtimine. 2014. <http://web.ametikool.ee/jane/okj/?2>. Motivatsioon:Klassikalised teooriad:Vajaduste teooriad (viimati vaadatud 15.07.2015)

Rajaleidja. Ametid. <http://ametid.rajaleidja.ee/Noorsootootaja-1> (viimati vaadatud 09.08.2015)

Sillamäe Kergejõustiku Klubi avaleht <http://sil-kj.blogspot.com/> (viimati vaadatud 15.07.2015)

Sillamäe kodulugu. Sport. <http://kodulugu.slib.ee/et/sport/item/sport-sport> (viimati vaadatud 15.11.2015)

Sillamäe linn www.sillamae.ee (viimati vaadatud 21.03.2016)

Sillamäe Spordikompleks „Kalev“ <http://www.sillamaesk.eu/?language=et> (viimati vaadatud 10.04.2016)

Spordisotsioloogia materjalid. 2012. Lennart Raudsepp. Tartu Ülikool http://dspace.utlib.ee/dspace/bitstream/handle/10062/25854/Spordisotsioloogia_materjal_id.pdf?sequence=1 (viimati vaadatud 08.08.2015)

LISAD

Lisa 1. Spordialad, millest sai alguse sporditegevus Sillamäel

Spordiala	Asutamise aasta
Jalgpall	1949
Jäähoki	1950
Male	1950
Kergejõustik	1950
Tõstesport	1950
Võrkpall	1950
Jalgrattasport	1950
Suusatamine	1950
Ujumine	1950
Iluvõimlemine	1952
Võimlemine	1952
Uisutamine	1955
Gorodki	1956
Tennis	1957
Käsipall	1960
Karate	1970
Mitmevõistlus VTK	1972
Militaarmaadlus	1976
Korvpall	1977
Poks	1977
Meremaadlus	1977
Athleticism	1980
Matkamine	1980

Lisa 2. Spordiklubid Sillamäel

Sillamäe ujumisklubi; kergejõustikuklubi Kalev-Sillamäe; jalgpalliklubi Sillamäe; Sillamäe suusaklubi; Sillamäe spordiklubi Kalev (korvpall, male, iluvõimlemine, lauatennis, karate); spordiklubi Evail-Athletics; Sillamäe kergejõustikuklubi Hammer FIT; spordiklubi Silboxing; Sillamäe atleetika klubi Impuls; Sillamäe hokiklubi ICE CATS; saali jalgpalliklubi Almaz; sukeldujate Klubi Ihtüandr; Sillamäe võrkpalliklubi IDA-BALTI; Sillamäe jalgpalliklubi Dina; Sillamäe fitnessiklubi ALLIGATOR.

Spordialad, millega saab praegu tegelda Sillamäel

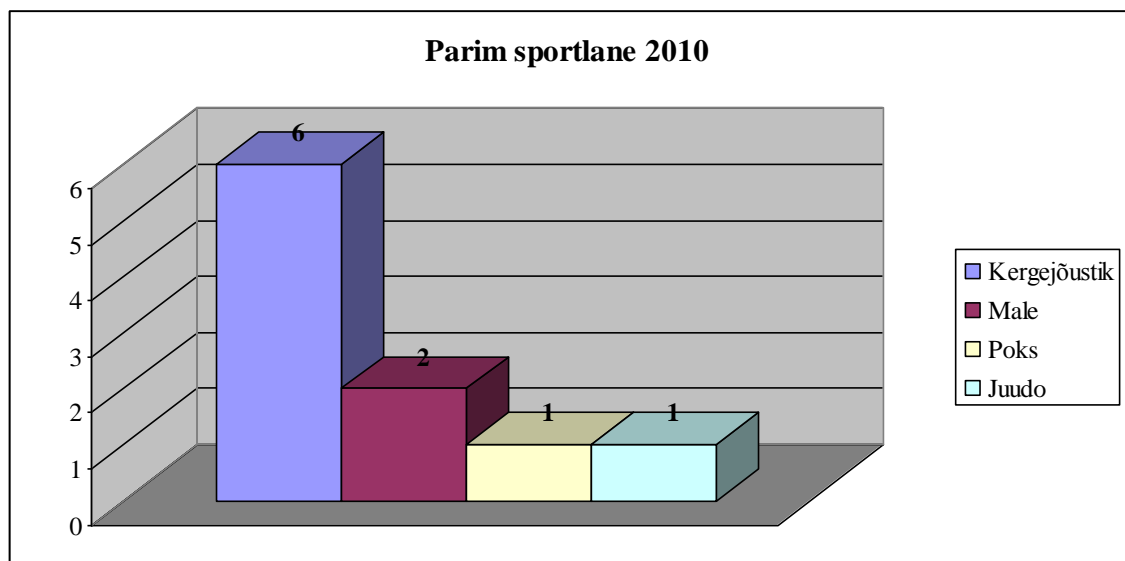
Kergejõustik	Tõstesport	Athleticism
Korvpall	Poks	Käsipall
Võimlemine	Iluvõimlemine	Karate
Suusatamine	Ujumine	Tennis
Lauatennis	Jalgpall	Male
Taekwondo	Aeroobika	Tervistav ujumine
Jooga	Pilates	Aquafitness

Lisa 3. Sillamäe 10 parimat sportlast aastail 2010–2015

SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2010

Nr	Sportlane	Saavutused
1	V. Koshelev (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja, Euroopa Karika auhinnavõitja
2	N. Lopouhov (judo)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, vabariigi võistluste auhinnavõitja, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja, Euroopa Karika auhinnavõitja
3	A. Veskus (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, vabariigi võistluste võitja, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, maailmameistrivõistlustel osalemine
4	R. Ippolitov (poks)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja, maailmameistrivõistlustel osalemine
5	I. Sirosh (male)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liege, maailmameistrivõistlustel osalemine
6	O. Rumjanceva (male)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, Euroopa meistrivõistlustel osalemine
7	D. Harchevnikov (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja
8	D. Koshelev (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti koondise liige,

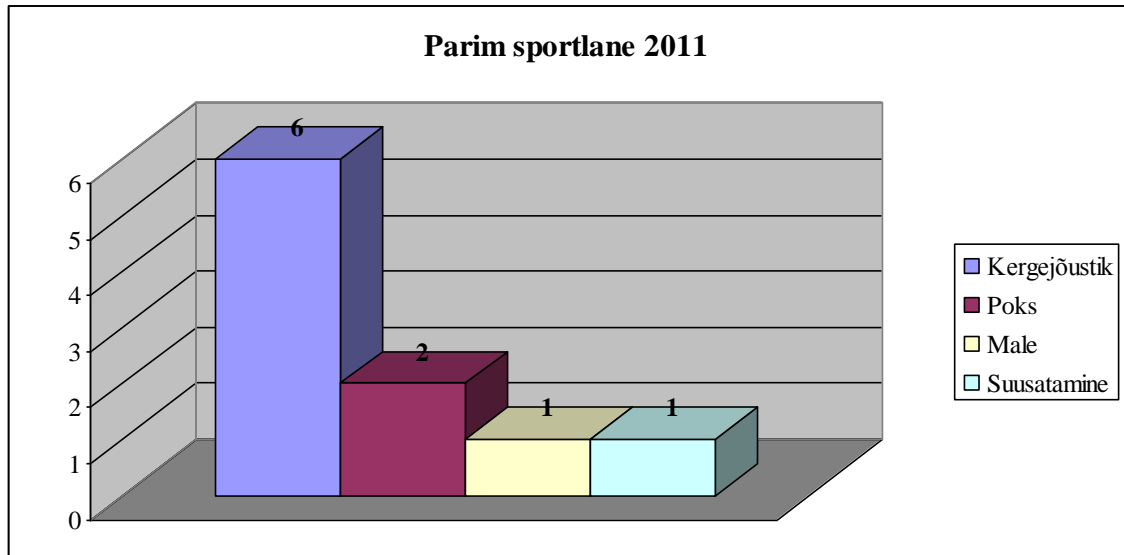
		rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvahelistel võistlustel võitja, Euroopa võistlustel osalemine
9	A. Kozinets (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
10	A. Taar (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja



SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2011

Nr	Sportlane	Saavutused
1	A. Maslennikov (suusatamine)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste võitja, Euroopa võistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
2	A. Kozinets (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
3	I. Sirosh (male)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste võitja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine
4	M. Hodõrev (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja
5	V. Koshelev (kergejõustik)	Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
6	A. Ionov (kergejõustik)	Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
7	V. Jegorov (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja
8	D. Salmijanov (poks)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
9	E. Horm (poks)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja,

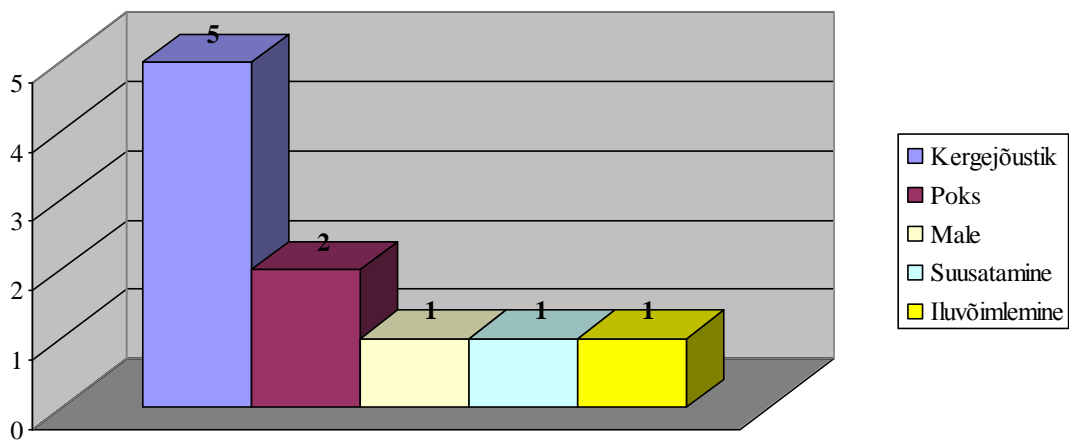
		rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
10	A.Salinin (kergejõustik)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja



SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2012

Nr	Sportlane	Saavutused
1	A. Maslennikov (suusatamine)	Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
2	I. Sirosh (male)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, Euroopa meistrivõistlustel osalemine
3	E. Horm (poks)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, Euroopameistrivõistlustel osalemine
4	V. Koshelev (kergejõustik)	Eesti koondise liige, Euroopa meistrivõistlustel osalemine, maailmameistrivõistlustel osalemine
5	A. Djatchuk (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja
6	K. Boržitskij (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, rahvusvahelistel võistlustel osaleja
7	V. Jegorov (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja
8	O. Posrednikova (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja,
9	R. Ippolitov (poks)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja, vabariigi võistluste võitja, Eesti koondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja
10	A. Okamanchuk (iluvõimlemine)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste auhinnavõitja, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja

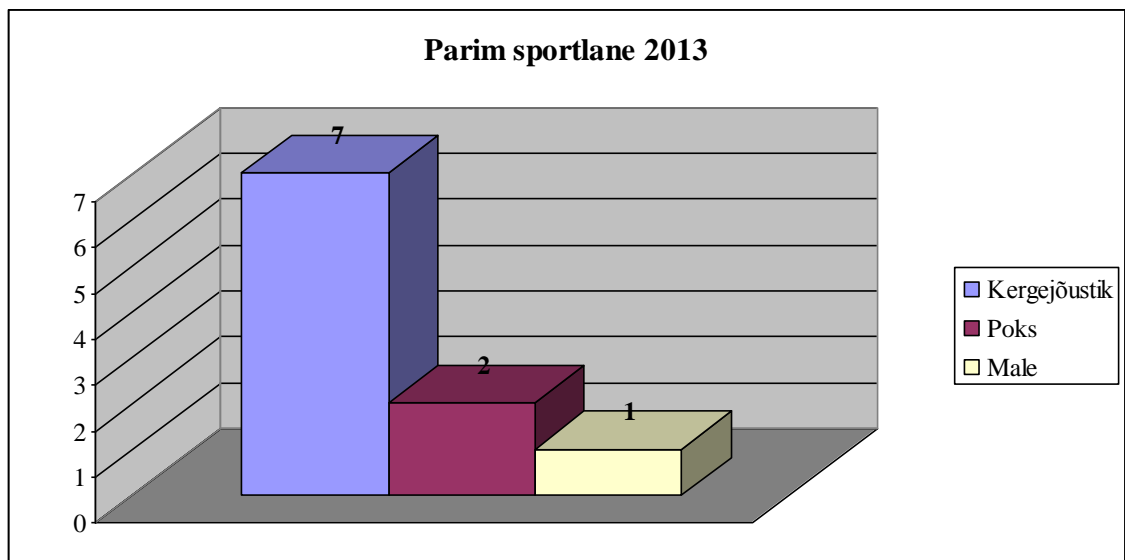
Parim sportlane 2012



SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2013

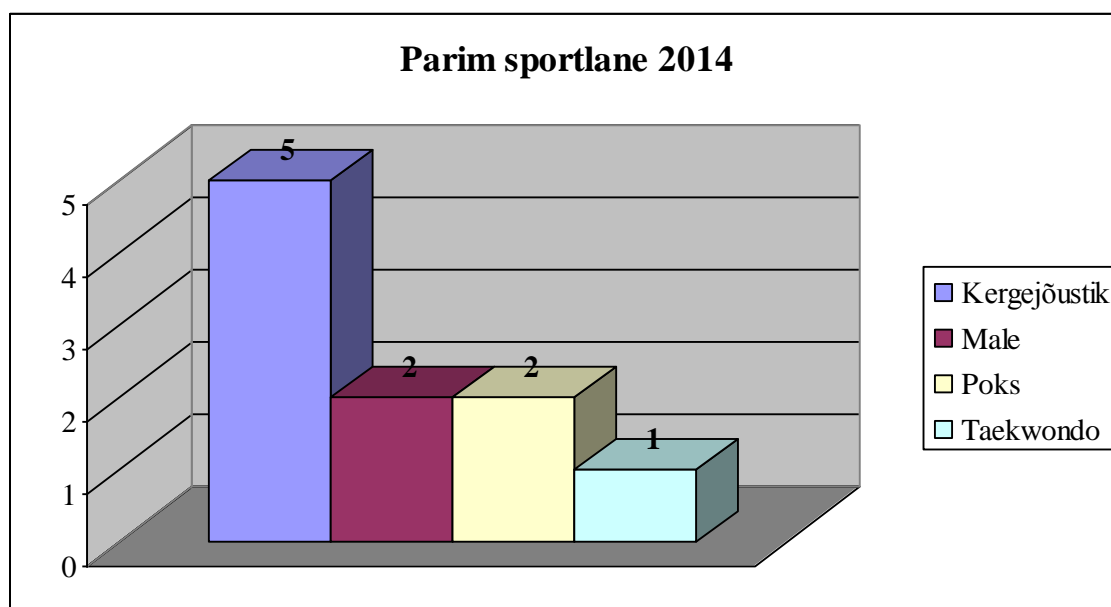
Nr	Sportlane	Saavutused
1	M. Kozlova (kergejõustik)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, vabariigi võistluste võitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja
2	I. Sirosh (male)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
3	A. Ponomarenko (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste võitja
4	A. Veskus (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
5	A. Djatchuk (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja, Eesti koondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja
6	S. Bannov (poks)	Vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste võitja
7	B. Davõdov (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, vabariigi võistluste auhinnavõitja, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
8	N. Averkov (kergejõustik)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvahelistel võistlustel osaleja
9	K. Boržitskij	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, vabariigi

	(kergejõustik)	võistluste võitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja
10	E. Larka (poks)	Vabariigi võistluste auhinnavõitja noorteklassis, Eesti noortekoondise liige, rahvusvaheliste võistluste auhinnavõitja



SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2014

Nr	Sportlane	Spordiala
1	I. Siroš	Male
2	R. Orlov	Male
3	A. Mandel	Kergejõustik
4	I. Aleksandrov	Taekwondo
5	G. Istomin	Poks
6	V. Sokolov	Poks
7	A. Ponomorenko	Kergejõustik
8	M. Kozlova	Kergejõustik
9	K. Savtšenko	Kergejõustik
10	I. Volossatov	Kergejõustik



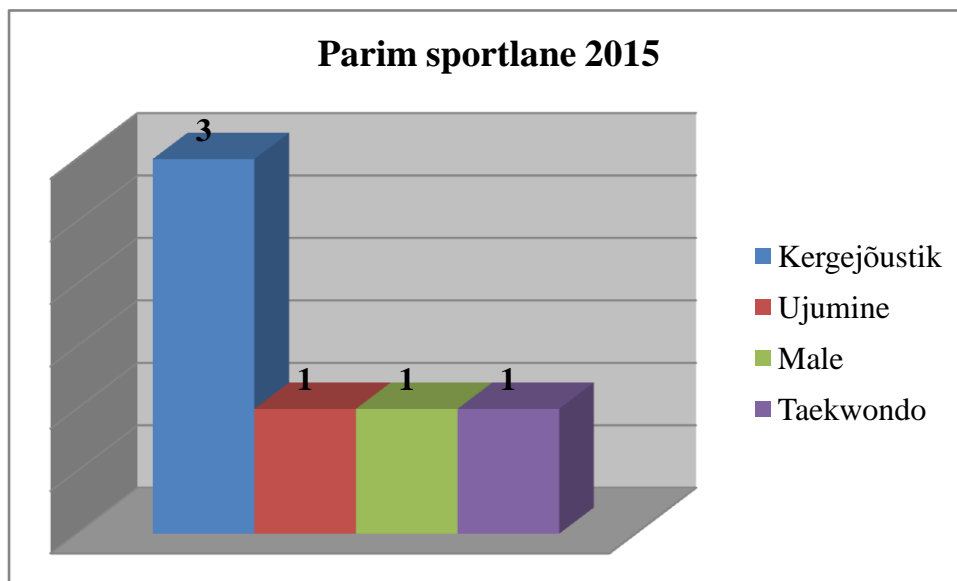
SILLAMÄE PARIM SPORTLANE 2015

NAISSPORTLASED

Nr	Sportlane	Spordiala
1	A. Mandel	Kergejõustik
2	M. Kozlova	Kergejõustik
3	P. Tšerkai	Ujumine

MEESSPORTLASED

Nr	Sportlane	Spordiala
1	I. Siroš	Male
2	K. Titov	Kergejõustik
3	I. Aleksandrov	Taekwondo



Lisa 4. Küsitlusleht

Küsitlus

1. Vali loetelust kolm spordiala, millega tahaksid tegelda.

Jalgpall, jäähoki, tennis, laskesuusatamine, kärestikuslaalom, akrobaatika, ratsutamine, kahevõistlus (suusatamine), minijalgpall, ujumine, male, sumo, fitness, jääpall, piljard, veepall, golf, iluvõimlemine, vettehüpped, vehklemine, käsipall, lühirajauisutamine, kujundujumine, rannajalgpall, sõudmine, karate, maahoki, kulturism, purjetamine, lumelauasõit, triatlon, kergejõustik, uisutamine, võimlemine, saaljalgpall, laskmine, bobsõit, raskejõustik, murdmaasuusatamine, vibusport, lauatennis, judo, võrkpall, poks, viievõistlus, pesapall, aerutamine, rannavõrkpall, korvpall, sulgpall, vabamaadlus, *curling*, jalgrattasport, skeleton

2. Miks? Põhjenda oma valikut.
3. Kuidas sina arvad, kas need spordialad, milles Eesti sportlased on edukad ja saavutavad häid tulemusi, toovad uusi huvilisi juurde?
4. Kas sina tead, kes on Anna Iljuštšenko? Kas tema saavutused ja olümpiamängudel osalemine võiksid SIND huvitada ja innustada tegelema selle spordialaga?

Lisa 5. Vastused küsitlusele

P/T 7–11

P 11 a	T 9 a
<p>1. Spordialad: Korvpall, võrkpall, jääpall.</p> <p>2. Põhjendus: Mulle meeldib mängida. Ise tegelen korvpalliga, see mulle meeldib. Armastan meeskonnamänge. Mulle meeldib, kui mina saan loota meeskonna ja treeneri peale.</p> <p>3. Mina arvan, et toovad. Inimesed vaatavad sportlaste saavutusi ja tahavad ka tegutseda niimodi, nagu nemad.</p> <p>4. Mina tean, kes on Anna. Aga kõik sõltub minu soovidest. Näiteks mulle meeldib korvpall ja üldse ei meeldi kergejõustik. Mina tahan meeskonnas mängida ja läksin korvpalliringi, sest see on minu jaoks huvitav, aga mitte sellepärast, et keegi oli sellel spordialal edukas.</p>	<p>1. Spordialad: Iluvõimlemine, kujundujumine, võimlemine.</p> <p>2. Põhjendus: Mulle meeldib iluvõimlemine ja mina juba tegelen sellega. Mulle meeldib olla ilusas riietuses ja tantsida muusika saatel. Võimlemine on väga ilus spordiala. Sünkroonujumist ma olen näinud ainult telerist, aga tahaksin ise proovida.</p> <p>3. Mina arvan, et toovad. Inimesed näevad, et teisel kõik tuleb hästi ja hakkavad ise selle spordialaga tegelemist.</p> <p>4. Mina ei tea, kes on Anna ja millega ta tegeleb. Kui mulle meeldib spordiala, siis teiste saavutus mind motiveerib rohkem tegelema selle spordialaga. Aga kui mulle ei meeldi see spordiala, siis teiste edukus ei motiveeri mind sellega tegelema hakata.</p>

P/T 12-16

P 16 a	T 14 a
<p>1. Spordialad: Kergejõustik, sõudmine, male.</p> <p>2. Põhjendus: Kergejõustik on universaalne spordiala. Kergejõustiklased on füüsiliselt väga arenenud, treeningus teevad sportlased erinevaid harjutusi, mis</p>	<p>1. Spordialad: Iluuisutamine, jalgpall, kergejõustik.</p> <p>2. Põhjendus: Mina oskan hästi uisutada ja mulle lihtsalt meeldib seda teha. Tahaksin tegeleda kergejõustikuga, sest see spordiala aitab olla kogu aeg vormis. Mulle</p>

<p>on seotud erinevate aladega. See spordiala aitab ka iseloomu arendada. Sportlased õpivad ületama takistusi, jõudma oma eesmärgini. Sõudmine on minu arvates väga meeskondlik spordiala. Liikmed on nagu üks mehhanism, töötavad koos. Kui ühel läks midagi halvasti, siis kannatab kogu meeskond. Male on väga kasulik spordiala. Aitab mõelda ja arendab inimeste aju. Oskused, mida omandatakse malemängu abil, on kasulikud kogu elu jooksul.</p> <p>3. Muidugi teiste inimeste tulemused võivad huvitada, aga oma soovid ja oskused on tähtsamad.</p> <p>4. Mina tean, kes on Anna Iljuštšenko. Tema tulemused näitavad seda, et ka meie väikese riigi elanikud saavad tippspordis midagi saavutada. Mis puutub minusse, siis tema tulemused ei innusta mind sellega tegelema. Kui mina väga tahaks selle spordialaga tegeleda, siis see võib olla motiveeriv lisafaktor.</p>	<p>meeldib eesmärke püstitada ja pärast neid saavutada. Jalgpall – lihtsalt meeldib.</p> <p>3. Mina arvan, et iga inimene valib ise. Keegi vaatab teiste saavutusi, aga teiste jaoks see ei ole oluline.</p> <p>4. Mina tean, kes ta on. Kõik sõltub oma soovidest. Mina isiklikult ei vaata teiste peale ja kui spordiala mulle on huvitav, siis tegelen sellega.</p>
--	--

P/T 17-21

P 17 a	T 17 a
<p>1. Spordialad: Vibusport, lumelauasõit, laskmine.</p> <p>2. Põhjendus: Vibusport huvitab mind. Ei ole proovinud seda, aga</p>	<p>1. Spordialad: Iluvõimlemine, jalgpall, iluuisutamine.</p> <p>2. Põhjendus: Mina tegelesin varem iluvõimlemisega. Väga meeldib</p>

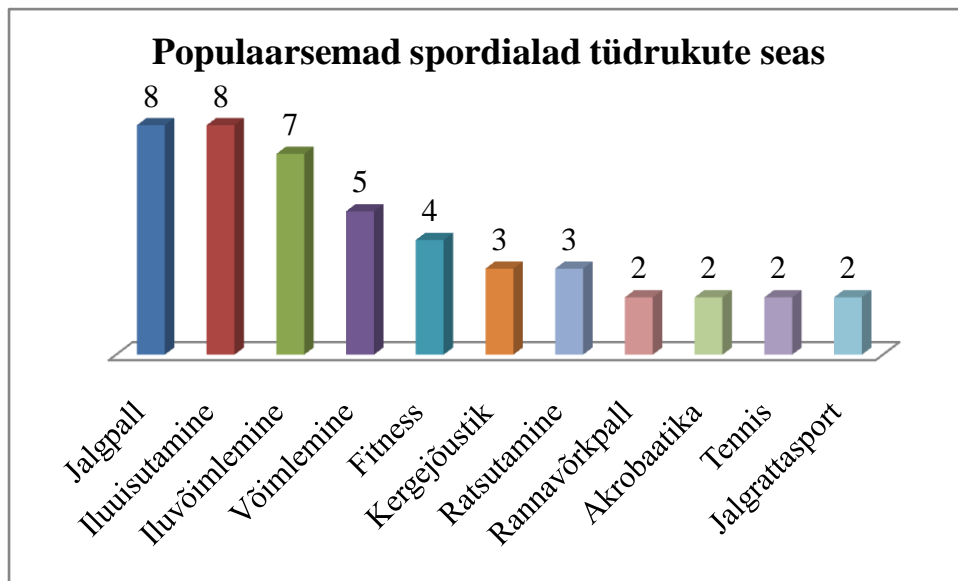
<p>väga tahaks. Kahjuks meie linnas seda spordiala pole. Lumelauasõit on väga ekstreemne spordiala. Sellepärast see meeldib mulle. Kõrgus ja kiirus väga haaravad. Laskmine aitab arendada nägemisteravust, täpsust, kannatlikkust.</p> <p>3. Kui inimesed tahavad spordist ainult raha ja auhindu, siis võibolla teiste edukus sellises spordialal motiveerib neid rohkem. Paljud aga teevad sporti enda jaoks ja nende jaoks ei ole olulised teiste tulemused.</p> <p>4. Mina ei tea, kes on Anna. Mind isiklikult olümpiamängud üldse ei motiveeri. Kõik sõltub ainult minu huvidest.</p>	<p>mulle, ilus spordiala. Muusika mängib ka oma rolli. Võistlused on elavad ja emotsionaalsed. Jalgpalli vaatan telerist, külastan mängu. Meeldib vaadata ja ise tahaks proovida meeskonnas mängida. Oskan natuke uisutada, aga tahaks ka teha seda ilusalt ja õigesti.</p> <p>3. Kui inimestel on soov hakata tegelema mingi spordialaga, siis teiste saavutused aitavad teha seda kiiremini. Kui inimene ei ole seotud spordiga ja ei taha sellega tegeleda, siis teiste edukus ei saa motiveerida.</p> <p>4. Jah, tean. Mind isiklikult tema tulemused ei motiveeri. Peab olema soov. Ilma selleta tulemusi ei tule.</p>
--	---

P/T 22-26

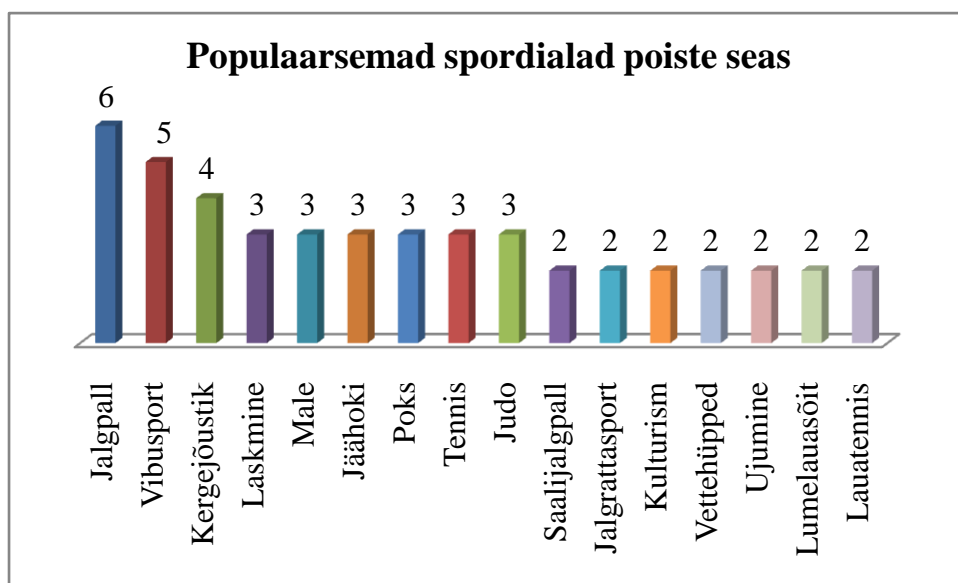
P 22 a	T 26 a
<p>1. Spordialad: Poks, judo, vabamaadlus.</p> <p>2. Põhjendus: Mulle meeldivad kontaktised spordialad. Nad aitavad kogu aeg olla heas vormis. Treeningus ja võistlustel võib oma agressiivsusest ja stressist vabaneda.</p> <p>3. Võib-olla toovad. Kui sportlased näitavad häid tulemusi, siis tuleb seda spordiala propageerida riigi tasandil ja seda finantseerida.</p> <p>4. Jah, tean. Mind tema tulemused ei</p>	<p>1. Spordialad: Võimlemine, jalgpall, rannavõrkpall.</p> <p>2. Põhjendus: Võimlemine aitab koordineerimise arendada. Mulle meeldib, kui spordis kasutatakse ka erinevaid spordivahendeid. Jalgpall on agressiivne spordiala, ei ole naiste jaoks. Aga huvitav. Võrkpall on meeskonnamäng ja see arendab inimestel koostööd. Lihased on alati toonuses ja minu arust see ei ole väga raske.</p> <p>3. Mina arvan, et ei too. Kõik sõltub</p>

<p> motiveeri. Aga võib-olla see sõltub sellest, et mina juba tegelesin kergejõustikuga ja nüüd ei tegele. Selle spordiala abil leidsin endale spordiala, mis mulle rohkem meeldib.</p>	<p> inimeste ümbrusest.</p> <p>4. Jah, oleme temaga tuttavad. Olen väga õnnelik tema saavutuste üle. Aga mina tean, kui raske seda kõike saavutada ja saan teha järeltule, et see ei ole minu jaoks. Minu jaoks sport on tervis, professionaalne sport on midagi muud.</p>
---	--

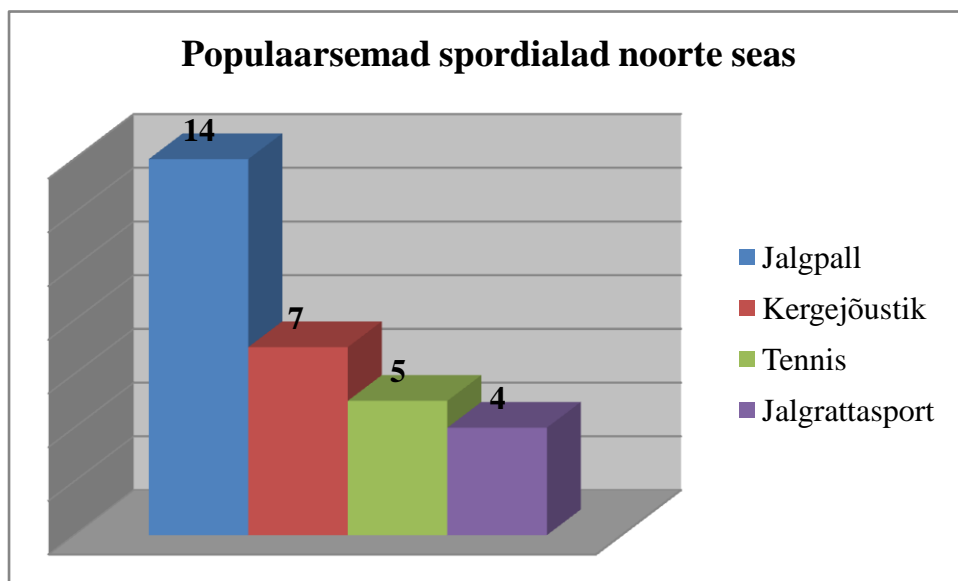
Lisa 6. Populaarsemad spordialad tüdrukute seas



Lisa 7. Populaarsemad spordialad poiste seas



Lisa 8. Populaarsemad spordialad noorte seas



Lisa 9. Ekspertide kommentaarid

Harry Lemberg

Kehaline liikumine ja sport on noortele väga omane. Millise alaga noored tegelevad, sõltub kindlasti paljudest faktoritest. Kindlasti on üheks väga oluliseks mõjutajaks eeskujud, samast kandist pärit iidolid, kelle järgi joonduda. Selle põhjal teevad paljud noored otsuseid, missuguste spordialadega hakata tegelema.

Kindlasti on väga oluline treeningtingimused (spordihooned ja -rajatised), võimalused tegeleda ühe või teise spordialaga. Selle järgi kujunevad välja ka spordialad, millega ühes või teises paigas tegeletakse. Siin mängib olulist rolli ka ajalooline taust, missugused on läbi aegade olnud selle piirkonna alad, ja on ju teada, et traditsioonid töötavad.

Järjest rohkem tehakse tänapäeval otsuseid selle järgi, missugused on spordihooned ja -rajatised. Lagunenud spordirajatised ei tõmba enam noori sportima.

Kuid kindlasti on kõige suurem roll inimfaktoril – treeneril. Sillamäe kergejõustiku edu aluseks on treener Terentjevi tegevus. Tema hingestatud kergejõustiku armastus ja oskus noori motiveerida ja neid suunata tegelema kergejõustikuga ning peamine seal on kergejõustikuelu edasiviiv jõud. Kõik sillamäelased teavad, et kergejõustikus on hea treener ja ta teeb head tööd. Ta on Sillamäe kergejõustikuelu hingeiks.

Seetõttu ongi kergejõustik Sillamäe edukam spordiala, kuigi treeningtingimused on ajale jalgu jäänud. Selleks, et kergejõustikuedu jätkuks, oleks vaja Terentjevile häid abilisi ning renoveerida sisehall ja staadion.

Kindlasti ühe või teise spordiala edukus motiveerib noori tegelema selle alaga. See on maailmas väga levinud väide ja on leidnud ka tõestust. Mida populaarsem ja edukam spordiala, seda rohkem noored tahavad sellega tegeleda. Edukast spordialast räägitakse rohkem ja noored satuvad tegelema rohkem nende spordialadega.

Rene Kundla

Individuaalsport. Sillamäe individuaalspordi tulemused jäävad kahjuks paljuski noorteklasside tasemele enamikul aladel. Kahjuks pole suudetud tippspordi kasvulavaks ära kasutada Sillamäe basseini.

Tundub, et vananev treenerite kaader hakkab veidi elutempole alla jääma ja paljuski tegutsetakse inertsist.

Omaette näitaja on ka see, et Sillamäe sportlastest on vaid Vjatšeslav Košev jõudnud Ida-Virumaa paremate kohtadele. Eesti tasemel täiskasvanute klassis kedagi ära märkida võib väga harva.

Võistkonnasport. Viimastel aastatel on taas madaleseisust üle saamas Sillamäe Kalevi jalgpallimeeskond, kes on jõudnud ka eurosarja, kuid vähene side linnaga (meeskonnas on vähe kohalikke mängijaid) ei ole jalgpalli populaarsust tõstnud kunagisele tasemele. Saalijalgpalli, naiste ja meeste korvpalli mängitakse harrastajate tasemel.

Spordirajatised. Sillamäe keskseks spordirajatiseks olev Sillamäe Kalevi spordikompleks vajab pidevalt uuendamist, kahjuks selle kõrval jääb vähem tähelepanu teistele spordirajatistele, mis vajavad samuti renoveerimist.

Üritused. Kui välja jätta meistriliiga jalgpallimängud, siis kahjuks pole linnas ühtegi rahvusvahelist ega ka vabariikliku kõlapinnaga traditsioonilist spordiüritust. Ka kadus 2014. aastal areenilt kõrgushüppegala.

Kokkuvõttes. Tundub, et Sillamäe ei ole suutnud kasutada ära oma potentsiaali ja linnas puudub visioon, mida tahetakse spordis saavutada. Ka on vähe liikumisharrastust propageerivaid üritusi. Miinuseks on kindlasti ka see, et keskkooli lõpetades kaob sportlastel ära side oma kodulinnaga.

Kindlasti edukus mõjutab, sest staarid on alati noorte elus olnud olulisel kohal ja spordiala teeb noorte jaoks edukaks just ala esinumbrate atraktiivsus. Hilisemas eas hakatakse sporti valima sobivuse ja tervisele kasulikkuse järgi.

Muidugi noored valivad selle spordiala, mis on juba populaarne ja edukas, sest siis on ka suurem tõenäosus, et sõbrad juba tegelevad selle spordialaga. Samas arvan, et väga

suur mõju oli mingil ajal ka vanemate sporditegemisel ja vanemad suunasid oma lapsed nendele aladele, kus neil endal jäi tulemus realiseerimata. Kahjuks vahepealne spordi madalseis on tekitanud selle, et vanematel puudub suhe spordiga ja nii ongi tugevamaks mõjuriks muutunud alade populaarsus. Palju mõjutab ka see, kuidas ala kajastatakse, kas tehakse võistlustest pilte-videosid, sest noortel on väga oluline end ja oma tegusid eksponeerida sotsiaalmeedias. Kui spordiala on n-ö edukas ehk seal on olemas tipud, siis on *in* ka ise sellega tegeleda. Viimane näide on Reena Koll, kes Kohtla-Järve meistrivõistlustel oli väikeste sportlaste jaoks tõeline staar, kellega tehti koos selfisid, võeti autogramme jms. Ja nii on suur võimalus, et ka aina rohkem tuleb lapsi kergejõustiku treeningutesse, kuna on olemas reaalne „käega katsutav“ täht.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina Irina Gruznova
(*autori nimi*)
(sünnikuupäev: 18.01.1991)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose
„Edukate spordialade mõju noorte motivatsioonile sportlikuks tegevuseks,
(*lõputöö pealkiri*)

mille juhendaja on Aet Kiisla,
(*juhendaja nimi*)

- 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
 - 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
 3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Narvas, **23.05.2016**