

## DIE JONG KIND SE BELEWENIS VAN INTENSIEWE SPORTDEELNAME

Gawie RAUBENHEIMER & Kobus LE ROUX

Departement Opvoedkundestudies, Unisa, Pretoria, Republiek van Suid-Afrika

### ABSTRACT

*The purpose of this research was to investigate the experiences of young children who participate intensively in sport. The literature study brought to light the fact that factors such as the experience of success in sport, self-image, competition anxiety, sportsmanship and spectator behaviour influence the young child's experience of sport. A measuring instrument was developed with six main sections to measure the young child's experience of sport. These sections are experience of enjoyment in sport, pressure to perform in sport, competition anxiety, sportsmanship, spectator behaviour and the desire to withdraw from sport. The results of the investigation showed that, broadly speaking, young children experience intensive participation in sport far more negatively than parents and coaches would suppose. Girls also experience intensive participation in sport more negatively than boys, while individual sport types are inclined to be more stressful for young children than team sports. Competition anxiety, followed by spectator behaviour and pressure to perform are experienced most negatively by young children who participate extensively in sport. Parents' and coaches' misperceptions of their childrens'/athletes' experience of sport largely correspond.*

**Key words:** Intensive sport participation; Young children; Perceptions of parents and coaches.

### INLEIDING

Dit is algemeen bekend dat fisiek aktiewe persone meer fisiologiese, sielkundige en sosiale voordele geniet as onaktiewe persone. Tog blyk dit dat daar 'n afname in die algemene vlak van kinders se fiksheid is. In 'n studie wat deur die Departement van Sportwetenskap aan die Universiteit van KwaZulu-Natal uitgevoer is, het die fiksheidsvlak van die Suid-Afrikaanse jeug onder die soeklig gekom. Daar is bevind dat seuns tussen 15 en 18 jarige ouderdom aansienlik minder fiks is as seuns van dieselfde ouderdom twintig jaar gelede. Die afname in fiksheidsvlakke is volgens hierdie studie grootliks daaraan te wyte dat kinders minder by fisieke aktiwiteite betrokke is (Ntshingila, 2004: 15).

Een manier om kinders aan 'n fisiek aktiewe lewenswyse bloot te stel, is deur georganiseerde sportaktiwiteite. Dit is egter belangrik dat die betrokke volwassenes bewus moet wees van hoe die kind se subjektiewe belewenis van sportdeelname sal bepaal of hy/sy op die langtermyn 'n fisiek aktiewe lewensstyl sal internaliseer. Dit is dus by uitstek van belang om te sorg dat kinders 'n positiewe belewenis van sportdeelname het (Smoll & Smith, 1999: 378; Potgieter, 2003: 107). Daar is getuigenis wat daarop dui dat kinders se sportbelewenis vandag oorwegend negatief eerder as positief is. Volgens Ellis *et al.* (2004: 27) staak 70% van die Amerikaanse jeug deelname aan buitemuurse sportaktiwiteite teen dertienjarige ouderdom as gevolg van onaangename belewenisse.

Navorsing toon dat daar wel rede is om te glo dat jong kinders 'n negatiewe belewenis van sportdeelname kan hê. Negatiewe voorvalle tydens jeugklub- of skolebyeenkomste is ondersoek. Voorvalle wissel tussen gevalle van aanranding tot swak sportmanskap onder kinders. Dit wil voorkom of die meeste bronne dit eens is dat volwassenes wat betrokke is by kinders se sportaktiwiteite, naamlik ouers en afrigters, die groot sondaars is (Stover, 1988: 19; Lee, 1993: 34). Hierdie outeurs reken dat sport wat vir kinders bedoel word, uit die hande van kompeterende volwassenes, gered behoort te word. Cary, Dotinga and Corarow (2004: 5) noem dat die wen-ten-alle-koste-mentaliteit die wortel van die kwaad is. Spanning en druk wat met sportdeelname gepaard gaan wanneer die wenmotief oorbeklemtoon word, beïnvloed volgens LeUnes en Nation (2002: 349) die kind se intrinsieke motivering en positiewe belewenis van 'n aktiwiteit. Intrinsieke motivering korreleer positief met volgehoue deelname aan sportaktiwiteite (Moran, 2004: 250).

Die druk en spanning tydens intensiewe sportdeelname blyk veral ter sprake te wees wanneer die sportbelewenis van uiters talentvolle kinders ondersoek word. Volgens Lee (1993: 34) kom sulke kinders gou agter dat daar verskeie groepe is wat hulle dophou met die verwagting dat hulle moet presteer. Hierdie kinders dra die gewig van die verwagtings van die skoolspan waarin hulle speel, verteenwoordig dikwels beter vooruitsigte vir die afrigter en dra hulle ouers se verwagtinge op die skouers. Daar word dikwels na hierdie kinders verwys as die internasionale sterre van môre. Hierdie kind word dikwels geforseer om moeilike keuses te maak. Dit is dus nie verrassend dat hierdie kinders se eie wense en behoeftes op die agtergrond geskuif word nie. Dit kan volgens Rees en Miracle (2000: 283) daartoe lei dat dié kinders begin wonder waarom hulle in die eerste plek aan die sport begin deelneem het.

Die meeste outeurs blyk dit dus eens te wees dat onttrekking aan sportdeelname een van die gevolge is van druk en spanning, sowel as van negatiewe voorvalle tydens sportbyeenkomste. Ander nadelige gevolge sluit uitbranding, kompetisie-angs, 'n afname in die genot-ervaring en 'n algemene negatiewe ingesteldheid jeens sportdeelname in (LeUnes & Nation, 2002: 354). Dit wil voorkom of dit nodig is om 'n indiepte- ondersoek in te stel na moontlike negatiewe belewenisse van kinders wat intensief aan sport deelneem. Die onderhawige probleem word dus as volg geformuleer: *Wat is die jong kind se belewenis van intensiewe sportdeelname?* Hierdie sal ook as die primêre navorsingsvraag dien.

## **METODE VAN ONDERSOEK**

### **Ondersoekgroep**

Die deelnemers wat vir hierdie studie geselekteer is, is almal in die laerskool. Die deelnemers se ouderdomme wissel tussen 9 en 13 jaar. Die navorser het van multi-stadium steekproefsamstelling gebruik gemaak om die finale groep deelnemers te bekom. Creswell (2003: 156) reken dat die navorser tydens 'n multi-stadiumsteekproefsamstelling eers 'n aanvanklike groep saamstel en dan name van individue uit hierdie groep verkry. Die navorser het laerskole op ewekansige wyse uit 'n lys van skole binne 'n betrokke sportstreek in die Wes-Kaapprovinsie se platteland geselekteer. Uit hierdie lys is die skole, waarin 'n groot aantal leerders (15 of meer) wat aan sport op streeks- of provinsiale vlak deelneem, op 'n doelgerigte wyse geselekteer. Die finale groep deelnemers het bestaan uit:

- 66 seuns en 49 dogters (totaal 115) wat op streeks- of provinsiale vlak aan sport deelneem;
- 79 ouers; en
- 65 afrigters.

### Die meetinstrument

Die Sport Competition Anxiety Test (SCAT) is in 1977 deur Martens ontwikkel, wat kompetisie-angs as 'n persoonlikheidstrek meet (Potgieter, 2003: 52). In 1990 het Martens die Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) ontwikkel, 'n situasie-angs toets vir sport. Hierdie vraelys konsentreer op die multidimensionele aard van angs deur skale vir somatiesse angs, kognitiewe angs en selfvertroue in te sluit (Martin & Hall, 1997: 435; Potgieter, 2003: 52). Hierdie vraelyste meet die atleet/speler se angs, maar ondersoek nie verder hoe die atleet/speler sport in die geheel beleef nie. Geen bestaande meetinstrument wat op die vlak van laerskoolleerders alle aspekte van die belewenis van sportdeelname dek, kon geïdentifiseer word nie. Aangesien dit een van die doelwitte van hierdie studie is om ondersoek in te stel na hoe kinders hul sportdeelname beleef, is besluit om self 'n vraelys te ontwerp en op te stel.

Om 'n vraelys op te stel wat kinders se belewenis van intensiewe sportdeelname meet, sou dit eers nodig wees om al die onderskeie dimensies van sport vir kinders te bestudeer. Navorsing het bewys dat 'n positiewe sportbelewenis direk verband hou met 'n kind se suksesbeleving in sport en 'n positiewe selfsiening wat daarmee gepaard gaan (Cahill & Pearl, 1993: 50; Lee 1993: 111; Kew, 1997: 68; Strydom, 2002: 24). Faktore wat daartoe aanleiding gee dat kinders 'n negatiewe belewenis ten opsigte van sport ontwikkel, is ook tydens die literatuurstudie ondersoek. Daar is bevind dat vroeë spesialisering, oorbeklemtoning van die wenmotief, druk om te presteer en geneigdheid van volwassenes om jong sportpersone soos professionele deelnemers te behandel, daartoe aanleiding gee dat kinders sportdeelname negatief beleef. 'n Ondersoek na die gevolge van 'n negatiewe belewenis van sportdeelname het aangetoon dat 'n gebrek aan gesonde sportmanskap, kompetisie-angs, onttrekking aan deelname en uitbranding/uitputting die vernaamste gevolge van 'n negatiewe sportbelewenis is (Davies, 1989: 17; Cahill & Pearl, 1993: 10; Lee, 1993: 111; Vrey, 1993: 22). Op grond van hierdie bevindings is ses hoofafdelings van negatiewe belewenis van sportdeelname geïdentifiseer, waaruit die vraelys opgestel is:

- Afdeling 1: Ervaring van genot
- Afdeling 2: Prestasiedruk
- Afdeling 3: Kompetisie-angs
- Afdeling 4: Swak sportmanskap
- Afdeling 5: Toeskouergedrag
- Afdeling 6: Onttrekking aan deelname

Vanuit elke hoofafdeling, is die vrae vir die vraelys saamgestel. Afdeling 1 (Ervaring van genot) se vrae het 'n positiewe lading, terwyl afdelings 2-6 se vrae almal negatiewe ladings het. Aan die vrae wat handel oor ervaring van genot is 'n positiewe lading toegeken en is dit eerste geplaas sodat die vraelys met minder sensitiewe vrae begin. Vrae is in geslote vorm gestel. Vir elke vraag is daar vier opsies waaruit respondente kon kies, gebaseer op die beginsels van die Likert-skaal. Die vier opsies is as volg: *nooit*, *soms*, *gewoonlik* en *altyd*.

Bo-aan die vraelys is kwalitatiewe invulvrae geplaas waarmee die volgende biografiese inligting verkry is: ouderdom, geslag, skool, hoogste vlak van deelname, sportsoort waarin hoogste prestasie behaal is, en ander sportsoorte. Hierdie inligting is gebruik om beskrywende statistiek te bereken. Die vraelys aan die kinders is aangepas vir die ouers en afrigters. Die vraelys aan die ouers en afrigters, het die ouers en afrigters se persepsie van *hoe* die jong kind intensiewe sportdeelname ervaar, gemeet.

### Statistiese prosedure

Die “Microsoft Excel” program is gebruik om die data te analiseer. ‘n Faktor- en itemanalise is opgevolg met ‘n sportbelewenisindeks wat die totale moontlike negatiewe belewenis van sport sowel as die negatiewe belewenis van sport per afdeling (kyk meetsinstrument) by jong kinders en hulle ouers en afrigters gemeet het. Die resultate word vervolgens bespreek.

## BESPREKING VAN DIE RESULTATE

### Faktor- en item-analise

Diamantopoulos en Schlegelmilch (1997: 216) beskryf faktoranalise soos volg:

“Factor analysis refers to a range of techniques the aims of which are to describe a larger number of (metric) variables by means of a smaller set of composite variables (so-called ‘factors’) and to aid the substantive interpretation of data”.

Ses faktore is geïdentifiseer. Faktor 1 is as ‘Kompetsie-angs’ benoem. Faktor 2 is as ‘Genot’ benoem en handel oor ervaring van genot tydens sportdeelname. Faktor 3 se benoeming is ‘Onttrekking’. Die items vir hierdie faktor handel oor kinders se evaluering van hul sportdeelname. Faktor 4 is as ‘Toeskouer-gedrag’ benoem. Die items vir hierdie faktor handel oor negatiewe gedrag van toeskouers, deelnemers en afrigters. Faktor 5 se benoeming is ‘Sportmanskap’. Faktor 6 is as ‘Prestasiedruk’ benoem. ‘n Itemanalise het aangetoon dat al die items positief korreleer met die totaal en dat die alpha betroubaarheidskoëffisiënt nie aansienlik verhoog met die weglating van enige van die items nie. Al die items is dus behou.

### Geldigheid en betroubaarheid

Betroubaarheid word deur Plug *et al.* (1997: 43) soos volg beskryf: “Dié eienskap van ‘n meetinstrument wat dit moontlik maak om soortgelyke resultate te verkry as die metings op identiese wyse herhaal sou word”. Om die betroubaarheid van die studie te meet, is Cronbach se alpha-koëffisiënt gebruik. Die koëffisiënt het uitgewerk op 0.88 (Tabel 1). Volgens Diamantopoulos en Schlegelmilch (1997: 33) is die minimum vereiste vir betroubaarheid 0.7. Hierdie studie voldoen dus aan hierdie vereiste.

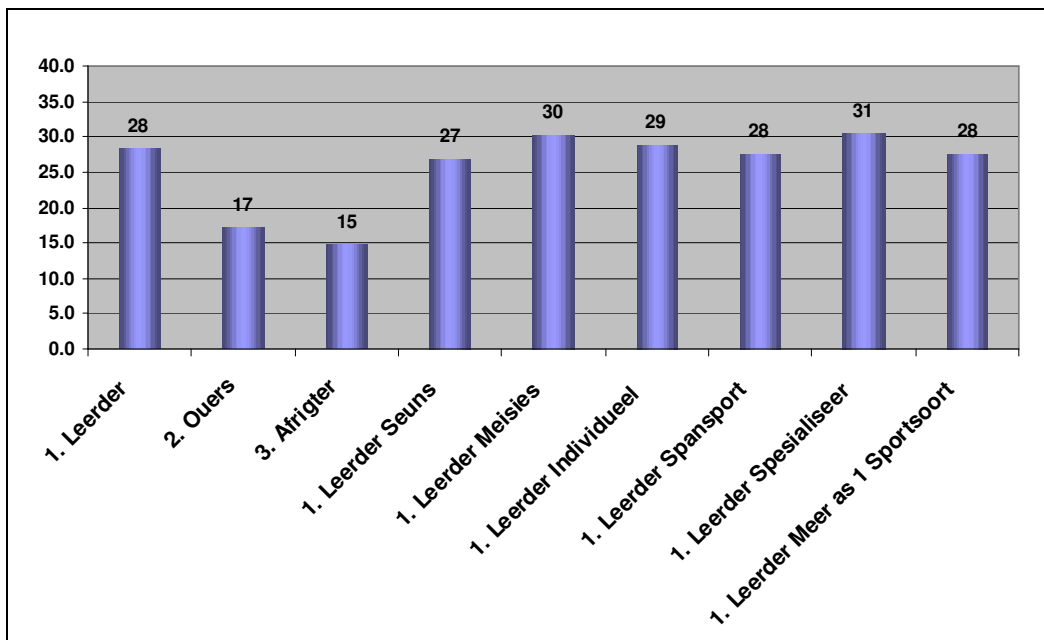
**TABEL 1: KORRELASIE TUSSEN ONDERSKEIE ITEMS**

Aantal proefpersone	259
Aantal items	40
Alpha-Cronbachkoëffisiënt	0.88

Die geldigheid van 'n meetinstrument behels die mate waartoe die instrument meet wat dit veronderstel is om te meet (Leedy & Ormond 2005: 28). "Die mate van geldigheid van 'n toets is 'n belangrike eienskap vir die praktiese bruikbaarheid daarvan", aldus Plug *et al.* (1997: 43). Om die geldigheid van hierdie studie te bepaal, is 'n faktoranalise gedoen. Die data is volgens die Varimax Normalised-metode geroteer. Volgens die analise word 69% van die variansie verklaar. Volgens Diamantopoulos en Schlegelmilch (1997: 33) moet ten minste 60% van die variansie verklaar word. Die studie voldoen ook aan hierdie vereiste.

### Totale negatiewe belewenis van sport

Uit die meetinstrument wat opgestel is, is 'n negatiewe sportbelewenisindeks vir jong kinders, ouers en afrigters opgestel. Hierdie indeks weerspieël die totale moontlike negatiewe belewenis wat jong kinders van hulle sporte kan ervaar of wat ouers en afrigters vermoed die kinders ervaar. Die indeks tel uit 100 punte waar 100 op 'n totale (volkome) negatiewe belewenis (deur die jong kind), of op die persepsie van belewenis (deur die ouers of afrigters), dui. Nul (0) sal aandui dat die kind geen negatiewe belewenis van sy sport ervaar nie, of dat ouers en afrigters geen negatiewe belewenis by hul kinders of atlete bespeur nie.



**FIGUUR 1: TOTALE NEGATIEWE BELEWENIS VAN SPORT**

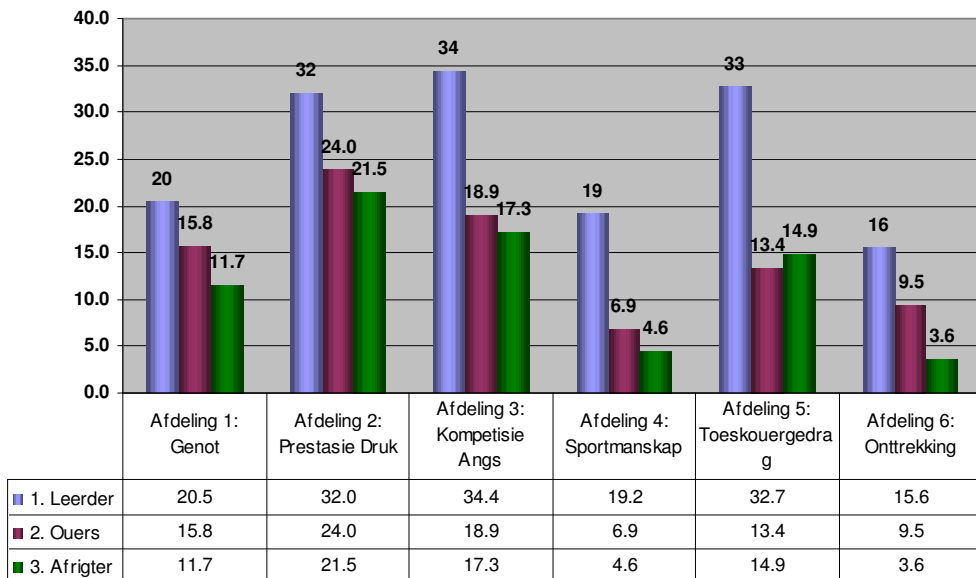
Volgens Figuur 1 kan die volgende ooglopende afleidings gemaak word:

- Jong kinders het 'n aansienlik groter negatiewe belewenis van hul sporte as wat ouers of afrigters vermoed hulle ervaar. Dit kan gesien word uit die feit dat jong kinders se negatiewe belewenisindekspunt op 28 staan, terwyl ouers en afrigters se indekspunte op onderskeidelik 17 en 15 staan.

- Meisies het 'n iewat groter negatiewe belewenis van hul sport as seuns. Hul indeks telling is 30, terwyl seuns se telling ietwat laer op 27 staan.
- Daar is baie min verskil tussen die negatiewe sportbelewenis van jong kinders wat aan individuele sporte (29) deelneem en diegene wat aan spansport (28) deelneem.
- Jong kinders wat in een sportsoort spesialiseer, het 'n groter negatiewe belewenis van sportdeelname (31) as diegene wat aan meer as een sportsoort deelneem (28).

### Negatiewe belewenis van sport per afdeling

Figuur 2 weerspieël die negatiewe belewenis van jong kinders in hul sportesoorde binne elk van die afdelings soos vroeër aangedui. Die resultate word gegee soos wat hierdie kinders dit ervaar, asook soos wat ouers en afrigters vermoed die kinders dit ervaar.



**FIGUUR 2: NEGATIEWE BELEWENIS VAN SPORT PER AFDELING**

Volgens Figuur 2 kan die volgende breë afleidings gemaak word:

- Jong kinders het die grootste negatiewe belewenis van hul sportdeelname in die afdeling Kompetisie-angs.
- Jong kinders ervaar ook ten opsigte van toeskouergedrag en prestasiedruk 'n meer negatiewe belewenis as in die ander afdelings.
- Jong kinders se belewenis van hul sportdeelname is in al die afdelings meer negatief as wat ouers en afrigters dink dit is.
- Met die uitsondering van afdeling 5 (Toeskouergedrag) is die ouers se persepsie van kinders se belewenis van sportdeelname in al die afdelings nader aan die kinders se gerapporteerde belewenis as wat die afrigters se persepsie is.

- Die diskrepansie tussen jong kinderse belewenis en ouers/afrigters se persepsie daarvan is die grootste in afdeling 3 (Kompetisie-angs) en afdeling 5 (Toeskouergedrag).

Vervolgens is die t-toets vir onafhanklike steekproewe toegepas om jong kinders se response op al die stellings van die vraelys met die response van die ouers te vergelyk en daarna met die response van die afrigters. Die response van die ouers en afrigters is ook met mekaar vergelyk. Die resultate word vervolgens bespreek.

### **Die t-toets vir onafhanklike steekproewe**

Wanneer twee onafhanklike groepe volgens 'n veranderlike wat gemeet is op 'n interval- of ratiovlak met mekaar vergelyk moet word, is dit ideaal om die t-toets vir onafhanklike steekproewe te gebruik (Diamantopoulos & Schlegelmilch 1997, p. 184). Wanneer 'n hipotese postuleer dat die gemiddeld van een groep hoër of laer as die van 'n ander groep is, kan die t-toets vir onafhanklike groepe gebruik word. Tydens die vergelyking van jong kinders, ouers en afrigters se response het dit geblyk dat daar op heelparty items 'n betekenisvolle verskil tussen die jong kinders en die ouers en afrigters se responses was.

Vanuit Tabel 2 kan die volgende afleidings gemaak word:

- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van die ouers se persepsie van die kinders se belewenis, was betekenisvol vir al die afdelings (1-5), behalwe vir afdeling 6.
- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van ouers se persepsie van die kinders se belewenis, was op al die vrae in afdeling 4 (Sportmanskap) en afdeling 5 (Toeskouergedrag) betekenisvol.
- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van ouers se persepsie van die kinders se belewenis, was met die uitsondering van vraag 3.5 op al die vrae in afdeling 3 (Kompetisie-angs) betekenisvol.
- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van ouers se persepsie van die kinders se belewenis, was vir slegs twee vrae (vraag 1.2 & 1.8) in afdeling 1 (Genot) betekenisvol.
- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van ouers se persepsie van die kinders se belewenis, was op geen van die vrae in afdeling 6 (Onttrekking aan deelname) betekenisvol nie.
- In alle gevalle was die kinders se belewenis meer negatief as die ouers se persepsie van die kind se belewenis.

TABEL 2: T-TOETS VIR ONAFHANKLIKE STEEKPROEWE: JONG KINDERS EN OUIERS

T-toets vir Onafhanklike Steekproewe volgens Groepe tussen Leerders en Ouers	1. Leerder	2. Ouers	p-Waarde
<b>Steekproef grootte</b>	<b>115.0</b>	<b>79.0</b>	
1.1 My sport is vir my lekker.	6.7	5.1	0.4517
1.2 Ek sien uit na oefeninge.	22.6	9.7	<b>0.0001</b>
1.3 Ek begin al die week voor 'n groot wedstryd/kompetisie daarna uitsien.	24.0	19.0	0.1716
1.4 Ek geniet dit om teen ander kinders deel te neem.	10.4	10.1	0.9136
1.5 My sport is vir my lekkerder as enige ander stokperdjies.	21.4	22.2	0.8460
1.6 Ek is trots op myself as ek/my span gewen het.	5.2	2.5	0.1411
1.7 My sport is vir my lekkerder as om lekker dinge saam met my maats te doen.	40.5	34.2	0.1409
1.8 Ek geniet my sport selfs wanneer ek/my span verloor.	32.7	24.8	<b>0.0418</b>
2.1 Ek huil as iets verkeerd loop tydens 'n wedstryd/kompetisie.	11.9	12.2	0.9177
2.2 Ek voel skuldig oor klein dingetjies wat in die wedstryd/ kompetisie gebeur het.	38.5	30.5	<b>0.0305</b>
2.3 Na 'n wedstryd/ kompetisie dink ek lank na oor wat gebeur het.	58.2	48.7	<b>0.0374</b>
2.4 Wanneer ek/my span verloor, voel dit asof die byeenkoms/ wedstryd 'n mislukking was.	26.1	21.2	0.2080
2.5 Wanneer ek/my span verloor, voel ek nie lus om met iemand te praat nie.	20.9	16.9	0.2918
2.6 Ek neem eintlik aan sport deel omdat ek wil wen.	42.3	43.4	0.8597
2.7 Wanneer ek/ my span verloor, voel dit vir my of my afrigter vir my kwaad is.	29.5	13.3	<b>0.0000</b>
2.8 Ek voel ander kinders neem sport te ernstig op.	42.3	21.1	<b>0.0000</b>
2.9 Ek voel my ouers is ontevrede met my wanneer ek/my span verloor het.	18.5	11.1	<b>0.0498</b>
3.1 Ek voel baie senuweeagtig net voor ek opdraf/deelneem.	61.4	38.8	<b>0.0000</b>
3.2 Voor 'n kompetisie/ wedstryd wonder ek of ek hard genoeg geoefen het.	46.3	31.4	<b>0.0020</b>
3.3 Dit maak my baie benoud om te dink ek/my span kan dalk verloor/ laaste kom.	36.5	25.1	<b>0.0048</b>
3.4 Vir my is die ergste van verloor dat ek ander mense teleurstel.	37.9	26.2	<b>0.0092</b>
3.5 Voor 'n kompetisie/ wedstryd is ek bang dat ek nie goed genoeg gaan wees nie.	32.1	26.0	0.1427
3.6 Ek sukkel om gemaklik asem te haal voor 'n wedstryd/ kompetisie.	22.0	5.4	<b>0.0000</b>
3.7 Dit voel of my maag draai voordat ek moet deelneem.	48.1	25.3	<b>0.0000</b>
3.8 Ek voel lam in my bene voor 'n wedstryd/kompetisie.	30.7	12.2	<b>0.0000</b>
3.9 Ek sukkel om te eet voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	28.1	13.9	<b>0.0020</b>
3.1 Ek kou my naels of aan iets wat ek in my hande het voor 'n wedstryd/kompetisie.	26.7	11.8	<b>0.0009</b>
3.11 Ek sukkel om te slaap voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	34.2	12.5	<b>0.0000</b>
3.12 Ek kry nare drome voor 'n wedstryd/kompetisie.	9.3	0.0	<b>0.0003</b>
4.1 Ek is 'n swak verloorder.	21.4	11.8	<b>0.0099</b>
4.2 My afrigter het al aan my gesê om doelbewus die reëls te oortree.	20.0	4.9	<b>0.0003</b>
4.3 Ek was al skelm in 'n wedstryd/ kompetisie.	16.2	3.6	<b>0.0001</b>
5.1 My aandag word afgetrek deur dit wat toekouers van die kant af sê/ skree.	37.4	16.0	<b>0.0000</b>
5.2 My pa/ma gaan so te kere langs die veld dat ek skaam voel vir hulle.	23.5	4.4	<b>0.0000</b>
5.3 Ek het al gesien hoe toekouers met mekaar baklei.	29.8	11.1	<b>0.0000</b>
5.4 Voor 'n wedstryd is ek al bang vir wat my pa/ma langs die veld gaan doen/sê/skree.	15.6	2.7	<b>0.0001</b>
5.5 Dit pla my as toekouers lelke goed aan ander deelnemers of skeidsregters sê/ skree.	57.4	34.8	<b>0.0001</b>
6.1 Ek voel lus om op te hou met die sportsoort waarin ek die hoogste prestasie behaal het.	13.3	6.2	0.0560
6.2 Ek sal eintlik graag 'n ander stokperdjie wil aanpak in plek van my sport.	15.6	8.7	0.0640
6.3 Ek dink daaraan om aan 'n ander sportsoort te begin deelneem in die plek van die een waaraan ek nou deelneem.	18.0	13.8	0.3098
Afdeling 1: Genot	20.5	15.9	<b>0.0154</b>
Afdeling 2: Prestasie Druk	32.0	24.0	<b>0.0001</b>
Afdeling 3: Kompetisie Angs	34.4	19.0	<b>0.0000</b>
Afdeling 4: Sportmanskap	19.2	6.8	<b>0.0000</b>
Afdeling 5: Toeskouergedrag	32.7	13.6	<b>0.0000</b>
Afdeling 6: Onttrekking	15.6	9.8	0.0668
Totaal	28.3	17.2	<b>0.0000</b>

Vanuit Tabel 3 kan die volgende afleidings gemaak word:

- Die verskille tussen jong kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van afrigters se persepsie van die leerders se belewenis, was betekenisvol vir al die afdelings.
- Die verskille tussen jong kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van afrigters se persepsie van die jong kinders se belewenis, was op al die vrae in afdeling 4 (Sportmanskap), afdeling 5 (Toeskouergedrag), en afdeling 6 (Onttrekking) betekenisvol
- Die verskille tussen die kinders se negatiewe sportbelewenisindeks en die indeks van afrigters se persepsie van die kinders se belewenis, was met die uitsondering van vraag 3.12 op al die vrae in afdeling 3 (Kompetisie-angs) betekenisvol.



- In alle gevalle was die kinders se belevens meer negatief as die afrigters se persepsie van die kind se belevens.

**TABEL 3: T-TOETS VIR ONAFHANKLIKE STEEKPROEWE: JONG KINDERS EN AFRIGTERS**

T-toets vir Onafhanklike Steekproewe volgens Groepe tussen Leerders en Afrigters	1. Leerder	3. Afrigters	p-Waarde
<b>Steekproef grootte</b>	<b>115</b>	<b>65</b>	
1.1 My sport is vir my lekker.	6.7	4.6	0.3521
1.2 Ek sien uit na oefeninge.	22.6	6.7	<b>0.0000</b>
1.3 Ek begin al die week voor 'n groot wedstryd/kompetisie daarna uitsien.	24.0	12.0	<b>0.0013</b>
1.4 Ek geniet dit om teen ander kinders deel te neem.	10.4	4.6	<b>0.0325</b>
1.5 My sport is vir my lekkerder as enige ander stokperdjies.	21.4	15.1	0.1279
1.6 Ek is trots op myself as ek/my span gewen het.	5.2	4.1	0.5888
1.7 My sport is vir my lekkerder as om lekker dinge saam met my maats te doen.	40.5	27.4	<b>0.0030</b>
1.8 Ek geniet my sport selfs wanneer ek/my span verloor.	32.7	21.9	<b>0.0094</b>
2.1 Ek huil as iets verkeerd loop tydens 'n wedstryd/kompetisie.	11.9	5.9	<b>0.0338</b>
2.2 Ek voel skuldig oor klein dingetjies wat in die wedstryd/ kompetisie gebeur het.	38.5	26.2	<b>0.0006</b>
2.3 Na 'n wedstryd/ kompetisie dink ek lank na oor wat gebeur het.	58.2	50.8	0.1137
2.4 Wanneer ek/my span verloor, voel dit asof die byeenkoms/ wedstryd 'n mislukking was.	26.1	19.0	0.1029
2.5 Wanneer ek/my span verloor, voel ek nie lus om met iemand te praat nie.	20.9	12.0	<b>0.0292</b>
2.6 Ek neem eintlik aan sport deel omdat ek wil wen.	42.3	42.8	0.9342
2.7 Wanneer ek/ my span verloor, voel dit vir my of my afrigter vir my kwaad is.	29.5	5.3	<b>0.0000</b>
2.8 Ek voel ander kinders neem sport te ernstig op.	42.3	22.0	<b>0.0000</b>
2.9 Ek voel my ouers is ontevrede met my wanneer ek/my span verloor het.	18.5	11.1	0.0950
3.1 Ek voel baie senuweeagtig net voor ek opdraf/deelneem.	61.4	35.4	<b>0.0000</b>
3.2 Voor 'n kompetisie/ wedstryd wonder ek of ek hard genoeg geoefen het.	46.3	28.8	<b>0.0004</b>
3.3 Dit maak my baie benoud om te dink ek/my span kan dalk verloor/ laaste kom.	36.5	21.8	<b>0.0007</b>
3.4 Vir my is die ergste van verloor dat ek ander mense teleurstel.	37.9	23.9	<b>0.0013</b>
3.5 Voor 'n kompetisie/ wedstryd is ek bang dat ek nie goed genoeg gaan wees nie.	32.1	20.4	<b>0.0068</b>
3.6 Ek sukkel om gemaklik asem te haal voor 'n wedstryd/ kompetisie.	22.0	4.8	<b>0.0001</b>
3.7 Dit voel of my maag draai voordat ek moet deelneem.	48.1	24.3	<b>0.0000</b>
3.8 Ek voel lam in my bene voor 'n wedstryd/kompetisie.	30.7	15.7	<b>0.0027</b>
3.9 Ek sukkel om te eet voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	28.1	5.9	<b>0.0000</b>
3.1 Ek kou my naels of aan iets wat ek in my hande het voor 'n wedstryd/kompetisie.	26.7	1.9	<b>0.0000</b>
3.11 Ek sukkel om te slaap voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	34.2	10.7	<b>0.0000</b>
3.12 Ek kry nare drome voor 'n wedstryd/kompetisie.	9.3	3.9	0.1098
4.1 Ek is 'n swak verloorer.	21.4	10.2	<b>0.0075</b>
4.2 My afrigter het al aan my gesê om doelbewus die reëls te oortree.	20.0	3.6	<b>0.0000</b>
4.3 Ek was al skelm in 'n wedstryd/ kompetisie.	16.2	0.0	<b>0.0000</b>
5.1 My aandag word afgetrek deur dit wat toekouers van die kant af sê/ skree.	37.4	20.6	<b>0.0001</b>
5.2 My pa/ma gaan so te kere langs die veld dat ek skaam voel vir hulle.	23.5	4.6	<b>0.0001</b>
5.3 Ek het al gesien hoe toekouers met mekaar baklei.	29.8	6.5	<b>0.0000</b>
5.4 Voor 'n wedstryd is ek al bang vir wat my pa/ma langs die veld gaan doen/sê/skree.	15.6	3.0	<b>0.0005</b>
5.5 Dit pla my as toekouers lelike goed aan ander deelnemers of skeidsregters sê/ skree.	57.4	39.5	<b>0.0017</b>
6.1 Ek voel lus om op te hou met die sportsoort waarin ek die hoogste prestasie behaal het.	13.3	3.0	<b>0.0101</b>
6.2 Ek sal eintlik graag 'n ander stokperdjie wil aanpak in plek van my sport.	15.6	4.4	<b>0.0072</b>
6.3 Ek dink daaraan om aan 'n ander sportsoort te begin deelneem in die plek van die een waaraan ek nou deelneem.	18.0	3.6	<b>0.0009</b>
Afdeling 1: Genot	20.5	11.7	<b>0.0000</b>
Afdeling 2: Prestasie Druk	32.0	21.6	<b>0.0000</b>
Afdeling 3: Kompetisie Angs	34.4	19.8	<b>0.0000</b>
Afdeling 4: Sportmanskap	19.2	4.5	<b>0.0000</b>
Afdeling 5: Toeskouergedrag	32.7	15.5	<b>0.0000</b>
Afdeling 6: Onttrekking	15.6	4.8	<b>0.0010</b>
Totaal	28.3	15.6	<b>0.0000</b>

Vanuit Tabel 4 kan die volgende afleidings gemaak word:

- Die verskil tussen die indeks van afrigters se persepsie van die kinders se belevens en die indeks van die ouers se persepsie, was slegs vir afdeling 1 (Genot) betekenisvol.
- Die verskil tussen die indeks van afrigters se persepsie van die kinders se belevens en die indeks van die ouers se persepsie, was op geen vrae in afdeling 5 en afdeling 6 betekenisvol nie.
- Die verskil tussen die indeks van afrigters se persepsie van die kinders se belevens en die indeks van die ouers se persepsie, was op slegs een vraag in afdeling 2 en afdeling 4 betekenisvol.

- In alle gevalle was die kinders se belewenis meer negatief as die ouers en afrigters se persepsies van die kind se belewenis.

**TABEL 4: T-TOETS VIR ONAFHANKLIKE STEEKPROEWE: OUERS EN AFRIGTERS**

T-toets vir Onafhanklike Steekproewe volgens Groepe tussen Ouers en Afrigters	2. Ouers	3. Afrigters	p-Waarde
<b>Steekproef grootte</b>	<b>79</b>	<b>65</b>	
1.1 My sport is vir my lekker.	5.1	4.6	0.8453
1.2 Ek sien uit na oefeninge.	9.7	6.7	0.2728
1.3 Ek begin al die week voor 'n groot wedstryd/kompetisie daarna uitsien.	19.0	12.0	<b>0.0378</b>
1.4 Ek geniet dit om teen ander kinders deel te neem.	10.1	4.6	<b>0.0407</b>
1.5 My sport is vir my lekkerder as enige ander stokperdjies.	22.2	15.1	0.0767
1.6 Ek is trots op myself as ek/my span gewen het.	2.5	4.1	0.3456
1.7 My sport is vir my lekkerder as om lekker dinge saam met my maats te doen.	34.2	27.4	0.1497
1.8 Ek geniet my sport selfs wanneer ek/my span verloor.	24.8	21.9	0.4983
2.1 Ek huil as iets verkeerd loop tydens 'n wedstryd/kompetisie.	12.2	5.9	0.0501
2.2 Ek voel skuldig oor klein dingetjies wat in die wedstryd/ kompetisie gebeur het.	30.5	26.2	0.2536
2.3 Na 'n wedstryd/ kompetisie dink ek lank na oor wat gebeur het.	48.7	50.8	0.6559
2.4 Wanneer ek/my span verloor, voel dit asof die byeenkoms/ wedstryd 'n mislukking was.	21.2	19.0	0.6120
2.5 Wanneer ek/my span verloor, voel ek nie lus om met iemand te praat nie.	16.9	12.0	0.1999
2.6 Ek neem eintlik aan sport deel omdat ek wil wen.	43.4	42.8	0.9395
2.7 Wanneer ek/ my span verloor, voel dit vir my of my afrigter vir my kwaad is.	13.3	5.3	<b>0.0157</b>
2.8 Ek voel ander kinders neem sport te ernstig op.	21.1	22.0	0.8408
2.9 Ek voel my ouers is ontevrede met my wanneer ek/my span verloor het.	11.1	11.1	0.9995
3.1 Ek voel baie senuweeagtig net voor ek opdraf/deelneem.	38.8	35.4	0.4646
3.2 Voor 'n kompetisie/ wedstryd wonder ek of ek hard genoeg geoefen het.	31.4	28.8	0.5613
3.3 Dit maak my baie benoud om te dink ek/my span kan dalk verloor/ laaste kom.	25.1	21.8	0.4633
3.4 Vir my is die ergste van verloor dat ek ander mense teleurstel.	26.2	23.9	0.6059
3.5 Voor 'n kompetisie/ wedstryd is ek bang dat ek nie goed genoeg gaan wees nie.	26.0	20.4	0.1472
3.6 Ek sukkel om gemaklik asem te haal voor 'n wedstryd/ kompetisie.	5.4	4.8	0.8437
3.7 Dit voel of my maag draai voordat ek moet deelneem.	25.3	24.3	0.8021
3.8 Ek voel lam in my bene voor 'n wedstryd/kompetisie.	12.2	15.7	0.2957
3.9 Ek sukkel om te eet voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	13.9	5.9	<b>0.0215</b>
3.1 Ek kou my naels of aan iets wat ek in my hande het voor 'n wedstryd/kompetisie.	11.8	1.9	<b>0.0054</b>
3.11 Ek sukkel om te slaap voor 'n groot wedstryd/kompetisie.	12.5	10.7	0.5836
3.12 Ek kry nare drome voor 'n wedstryd/kompetisie.	0.0	3.9	<b>0.0030</b>
4.1 Ek is 'n swak verloorer.	11.8	10.2	0.6272
4.2 My afrigter het al aan my gesê om doelbewus die reëls te oortree.	4.9	3.6	0.6663
4.3 Ek was al skelm in 'n wedstryd/ kompetisie.	3.6	0.0	<b>0.0070</b>
5.1 My aandag word afgetrek deur dit wat toekouers van die kant af sê/ skree.	16.0	20.6	0.1801
5.2 My pa/ma gaan so te kere langs die veld dat ek skaam voel vir hulle.	4.4	4.6	0.9429
5.3 Ek het al gesien hoe toekouers met mekaar baklei.	11.1	6.5	0.1889
5.4 Voor 'n wedstryd is ek al bang vir wat my pa/ma langs die veld gaan doen/sê/skree.	2.7	3.0	0.8638
5.5 Dit pla my as toekouers lelke goed aan ander deelnemers of skeidsregters sê/ skree.	34.8	39.5	0.4160
6.1 Ek voel lus om op te hou met die sportsoort waarin ek die hoogste prestasie behaal het.	6.2	3.0	0.2666
6.2 Ek sal eintlik graag 'n ander stokperdjie wil aanpak in pleks van my sport.	8.7	4.4	0.2395
6.3 Ek dink daaraan om aan 'n ander sportsoort te begin deelneem in die plek van die een waaraan ek nou deelneem.	13.8	3.6	<b>0.0103</b>
Afdeling 1: Genot	15.9	11.7	<b>0.0401</b>
Afdeling 2: Prestasie Druk	24.0	21.6	0.2779
Afdeling 3: Kompetisie Angs	19.0	19.8	0.7237
Afdeling 4: Sportmanskap	6.8	4.5	0.1724
Afdeling 5: Toeskouergedrag	13.6	15.5	0.3676
Afdeling 6: Onttrekking	9.8	4.8	0.0889
Totaal	17.2	15.6	0.2632

## SAMEVATTING

Hierdie navorsing het ten doel gehad om ondersoek in te stel na die sportbelewenis van jong kinders wat intensief aan sport deelneem. Die literatuurstudie het aan die lig gebring dat faktore soos suksesbelewing in sport, selfsiening, kompetisie-angs, sportmanskap en toeskouergedrag die kind se belewenis van sport beïnvloed. 'n Meetinstrument is ontwikkel met ses hoofafdelings om die belewenis van sport by die jong kind te meet. Hierdie afdelings is ervaring van genot in sport, prestasiedruk in sport, kompetisie-angs, sportmanskap, toeskouergedrag en die begeerte om aan sport te onttrek. Die resultate van die ondersoek het

in breë trekke aangetoon dat jong kinders intensiewe sportdeelname veel meer negatief beleef as wat ouers en afrigters vermoed hulle beleef. Dogters beleef intensiewe sportdeelname ook meer negatief as seuns. Individuele sportsoorte is geneig om meer stresvol vir jong kinders te wees as spansporte. Kompetisie-angs, gevolg deur toeskouergedrag en prestasiedruk word die negatiefste beleef deur jong kinders wat intensief aan sport deelneem. Die diskrepansie tussen jong kinders se negatiewe belewenis van sport en ouers/afrigters se persepsie daarvan was die grootste vir die afdelings kompetisie-angs en toeskouergedrag. Die afleiding kan dus gemaak word dat ouers en afrigters ten opsigte van hierdie aspekte van sportbelewenis die minste kennis dra van hulle kinders/atlete se sportbelewenis. Die verskille tussen jong kinders se sportbelewenis en ouers sowel as afrigters se persepsies daarvan, is betekenisvol op die 95%-vlak van betekenisvolheid vir al die gemete afdelings, behalwe vir die begeerte om te onttrek aan deelname. Ouers en afrigters se wanpersepsies ten opsigte van hulle kinders/atlete se belewenis van sport, stem tot 'n groot mate ooreen.

## OPSOMMING

Dit was die doel van hierdie studie om die belewenis van jong kinders wat intensief aan sport deelneem, te bepaal. Die meetinstrument (vraelys) wat gebruik is, is saamgestel vanuit die literatuurstudie oor kinders se deelname aan kompeterende sport. Die steekproefsamstelling het op doelgerigte wyse plaasgevind en die vraelys het bestaan uit 'n aantal geslote vrae met keuses wat op die Likert-skaal gebaseer is. Die navorsingsgroep het bestaan uit 115 jong kinders tussen die ouderdom van 9 en 13 jaar wat intensief aan sport deelneem, asook hul ouers en afrigters. Die groepsamstelling van die kinders was 57% seuns en 43% meisies. Verder het 23% van die kinders in een sportsoort gespesialiseer, terwyl 77% aan meer as een sportsoort deelgeneem het. Uit die groep het 42% aan 'n spansport as hul primêre sport deelgeneem, terwyl 58% aan individuele sportsoorte as hul primêre sport deelgeneem het.

Die analisering van data is met die rekenaarprogram *Microsoft Excel* gedoen. Vanuit die navorsingsdata is die volgende bevind:

- Cronbach se alfa koëffisiënt is aangewend om die betroubaarheid van die studie te meet. Die koëffisiënt het uitgewerk op 0.88. Die navorsingsdata kan dus as betroubaar beskou word.
- 'n Faktoranalise volgens die Varimax Normalised-metode is gedoen. Volgens die analise word 69% van die variansie verklaar. Die resultate verkry met behulp van die meetinstrument kan dus as geldig beskou word.

'n Negatiewe sportbelewenisindeks vir jong kinders, ouers en afrigters is uit die meetinstrument opgestel. Hierdie 100-punt indeks weerspieël die totale moontlike negatiewe belewenis wat jong kinders van hulle sporte kan ervaar of wat ouers en afrigters vermoed die kinders ervaar. Uit die navorsingsdata, het die volgende navore gekom:

- Jong kinders beleef intensiewe sportdeelname veel meer negatief as wat ouers en afrigters vermoed hulle beleef.
- Dogters beleef intensiewe sportdeelname meer negatief as seuns.
- Individuele sportsoorte is geneig om meer stresvol vir jong kinders te wees as spansporte.
- Kompetisie-angs, gevolg deur toeskouergedrag en prestasiedruk word die negatiefste beleef deur jong kinders wat intensief aan sport deelneem.

- Alle aspekte van intensiewe sportdeelname word meer negatief deur kinders beleef as wat volwassenes dink hulle dit beleef.
- Die diskrepansie tussen jong kinders se belewenis en ouers/afrigters se persepsie daarvan was die grootste vir die afdelings kompetisie-angs en toeskouergedrag. Dit is dus die afleiding dat ouers en afrigters ten opsigte van hierdie aspekte van sportbelewenis die minste kennis dra van hulle kindersatlete se sportbelewenis.
- Die verskille tussen jong kinders se sportbelewenis en ouers sowel as afrigters se persepsies daarvan, is betekenisvol op die 95%-vlak, behalwe vir onttrekking aan deelname.
- Ouers en afrigters se wanpersepsies ten opsigte van hulle kinders/atlete se belewenis van sport, stem tot 'n groot mate ooreen.

Die bevindinge van hierdie ondersoek hou belangrike implikasies vir die afrigting van jong atlete/spelers in. As jong atlete/spelers negatiewe belewenisse van hulle sportdeelname ervaar, en hulle ouers en afrigters is nie bewus hiervan nie, beteken dit dat geen aandag aan hierdie negatiewe belewenisse van jong atlete/spelers gegee gaan word nie en dat hulle onder hierdie omstandighede aan kompetisies moet deelneem. Uit die aard van die saak kan verwag word dat hulle nie optimaal gaan presteer nie wat onder andere die volgende rippel effek kan hê:

- Negatiewe selfbeeld ontwikkeling
- Verswakte relasies tussen atlete/spelers en hulle ouers en afrigters
- Verswakte relasies tussen spanlede
- 'n Afname in skolastiese prestasies
- Algehele onttrekking aan sportdeelname

## SUMMARY

### **The young child's experience of intensive sportparticipation**

The aim of this study was to identify the experiences of young children who participate intensively in sport. The measuring instrument used, a questionnaire, was compiled using information obtained from the literature study of young children's participation in competitive sport. The sample was compiled with care, and the questionnaire consisted of a number of closed questions with choices, based on the Likert scale. The research group consisted of 115 young children aged between 9 to 13 who participated intensively in sport, and of their parents and coaches. The group was composed of 57% boys and 43% girls. Of these children, 23% specialised in one kind of sport while 77% took part in more than one sport. A team sport was the primary sport of 42% and 58% competed in individual sports as their primary sports.

The data was analysed on computer, using the Microsoft Excel programme. The following findings are based on the data:

- Cronbach's-alpha coefficient was used to gauge the reliability of the study. The coefficient was calculated at 0.88. The research data can therefore be regarded as reliable.

- A factor analysis was conducted using the “Varimax Normalised Method”. The analysis explained 69% of the variation. The results obtained by using the measuring instrument can therefore be regarded as valid.

A negative sporting experience index for young children, parents and coaches was compiled using the measuring instrument. This 100 point index reflects the total possible negative experiences which young children can have of their sports, or which parents and coaches suspect the children are experiencing. The following appeared from the research data:

- Young childrens’ experiences of intensive participation in sport are far more negative than their parents and coaches imagine.
- Young girls perceive intensive participation in sport more negatively than young boys.
- Individual sports tend to be more stressful for young children than team sports.
- Competition anxiety, followed by spectator behaviour and pressure to achieve, are the sources of the most negative experiences by young children who participate intensively in sport.
- All aspects of intensive sporting participation are experienced more negatively by young children than adults imagine.
- The discrepancy between young childrens’ experiences and their parents’ and coaches’ perceptions of their experiences was greatest in the categories of competition anxiety and spectator behaviour. The deduction is therefore that parents and coaches know the least about their childrens’/athletes’ sporting experiences in respect of these specific aspects.
- The differences between young childrens’ experiences of sport and their parents’ and coaches’ perceptions of these experiences are significant at the 95% level, with the exception of withdrawal from participation.
- The mistaken perceptions of parents and of coaches in respect of their childrens’/athletes’ experiences of sport correspond very closely.

The results of this investigation have important implications for the coaching of young athletes/players. If young athletes/players experience their sport participation negatively, and their parents and coaches are not aware of this, it means that no attention will be paid to this negative experience of young athletes/players and that they are going to participate in competitions under these circumstances. Obviously they are not going to achieve optimally which may lead to the following:

- Low self-esteem development
- Impaired relations between athletes/players and their parents and coaches
- Impaired relations between team members
- A decline in scholastic achievements
- Total withdrawal from sport

## BRONNELYS

- ANSHEL, M.H. & DELANY, J. (2001). Sources of acute stress, cognitive appraisals, and coping strategies of male and female child athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24(4): 16.
- BOGDAN, E. & BILKEN, D. (2003). *Qualitative research for education*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- CAHILL, B.R. & PEARL, A.J. (1993). *Intensive participation in childrens’ sports: American Orthopaedic Society for Sports Medicine*. Windsor, ON: Human Kinetics.

- CARY, P.; DOTINGA, R. & CORNAROW, A. (2004). Fixing kids' sports. *U.S. News & World Report*, 136(20): 5-7.
- CLARK, A.; McQUAL, S. & MOSS, P. (2003). *Exploring the field of listening to and consulting with young children*. London: Queen's Printer.
- CRESSWELL, J.W. (2003). *Research design: qualitative, quantitative and mixed methods approaches*. Thousand Oaks: Sage.
- DAVIES, D. (1989). *Psychological factors in competitive sport*. East Sussex: Falmer Press.
- DIAMANTOPOULOS, A. & SCHLEGELMILCH, B. (1997). *Taking the fear out of data analysis*. London: The Dryden Press.
- ELLIS, G.D.; HENDERSON, H.L.; PAISLEY, K.; SILVERBERG, K.E. & WELLS, M.S. (2004). Bringing sportsmanship back to your youth sports leagues. *Parks & Recreation*, 39(6): 25-29.
- HOLT, N.L. & MANDIGO, J.L. (2004). Coping with performance worries among youth male cricket players. *Journal of Sport Behavior*, 27(1): 15-19.
- KEW, F. (1997). *Sport: social problems & issues*. Oxford: Butterworth-Heinemann.
- LEE, M. (1993). *Coaching children in sport: principles and practice*. London: Chapman & Hall.
- LEEDY, P.D. & ORMOND, J.E. (2005). *Practical research: planning and design*. Upper Saddle River: Pearson Prentice Hall.
- LEUNES, A.D. & NATION, J.R. (2002). *Sport psychology*. Pacific Grove: Wadsworth.
- MARTIN, K.A. & HALL, C.R. (1997). Situational and intrapersonal moderators of sport competition state anxiety. *Journal of Sport Behavior*, 20(4): 435-447.
- MORAN, A.P. (2004). *Sport and exercise psychology: a critical introduction*. London: Routledge.
- NTSHINGILA, F. (2004). Teens today overweight and out of breath: too much TV and not enough sport putting the youth at risk. *Sunday Times*, 30 May 2004, p.15.
- PLUG, C.; LOUW, D.A.P.; GOUWS, L.A. & MEYER, W.F. (1997). *Verklarende en vertalende sielkundewoordeboek*. Johannesburg: Heinemann Voortgesette Onderwys.
- POTGIETER, J.R. (2003). *Sportsielkunde: teorie en praktyk*. Stellenbosch: Instituut vir Sport- en Bewegingskunde, Universiteit van Stellenbosch.
- REES, C.R. & MIRACLE, A.W. (2000). Education and sport. In E. Dunning & J.J. Coakley (Eds.). *Handbook of sport studies* ( 277-290). London: Sage.
- SMOLL, F.L. & SMITH, R.E. (1999). Coaching behaviour research in youth sports: Sport Psychology goes to the ballpark. In Gary G. Brannigan (Ed.). *The sport scientists: research adventures*. Washington, DC: Addison Wesley Longman.
- STOVER, D. (1988). What to do when grown-ups want to spoil the fun of school sports. *The American School Board Journal*, 7: 19-22.
- STRYDOM, L.A. (2002). Doeloriëntering en selfkonsep in spansport met besondere verwysing na skolerugby. Ongepubliseerde M.Ed.-verhandeling. Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika.
- VREY, J.D. (1993). *Die opvoeding in sy selfaktualisering*. Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika.
- WOLFF, A. & MENEZ, G. (2003). The American athlete age 10. *Sports Illustrated*, 99(13): 20-23.