

تأثیر دو سبک رهبری ورزشی بر انگیزه ورزشی دانش آموزان

مجید خلیلی* - رضا صابونچی** - محمد نیکروان*** - نجف آقایی****

دانشجوی دکتری، گروه مدیریت ورزشی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران. _ دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران - استادیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران. - دانشیار مدیریت ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تأثیر دو سبک رهبری ورزشی بر انگیزه ورزشی دانش آموزان است. جامعه آماری ۲۰۵۶ نفر از دانش آموزان دختر شهر قم بودند. روش پژوهش نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل با روش نمونه گیری در دسترس است. گروه آزمایشی اول فضای انگیزشی تکلیف محور (فعالیت های مشارکتی و اختیاری) و گروه آزمایشی دوم فضای انگیزشی خود محور (فعالیت های رقابتی و اجباری) را تجربه کردند و گروه کنترل برنامه عادی ورزشی مدرسه را ادامه داد. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه انگیزه ورزشی مالت و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شد. نتایج آزمون های آماری کروسکال والیس و ویل کاکسون نشان داد ایجاد فضای انگیزشی با روش تکلیف مدار به شکل معنی داری موجب افزایش انگیزه ورزشی شامل: انگیزه درونی، تنظیم یکپارچه، تنظیم بیرونی و کاهش بی انگیزگی شد، اما رشد معنی داری از نظر آماری در دو گروه دیگر مشاهده نشد، بنابراین مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی مدارس از طریق ایجاد فضای انگیزشی تکلیف گرا، نقش با اهمیتی در پاسخ به نیازهای انگیزشی و ماندگاری آنها در تجربه های ورزشی بازی می کند.

کلید واژه ها: سبک رهبری، انگیزه ورزشی، فضای تکلیف گرا، فضای خودگرا، دانش آموزان.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۲۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۹/۰۴

*Email: majid_khalili16@yahoo.com

**Email: saboonchi.reza@yahoo.com (نویسنده مسئول)

***Email: nikravan89@yahoo.com

****Email: aghaei.hamid@gmail.com

مقدمه

و شایستگی های فردی خود را با ملاک خاصی مقایسه کنند (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱). در این نظریه، انگیزش درونی، بیرونی و بی انگیزشی در امتداد یک پیوستار تنظیم شده است، در یک طرف پیوستار انگیزش درونی قرار دارد، زمانی که ورزشکار به خاطر احساس رضایتمندی و لذت هنگام یادگیری، تبحر در مهارتهای دشوار و هیجان مشغول فعالیت می شود به طور درونی برانگیخته و در جه بالایی از خود مختاری را تجربه می کند در مقابل، انگیزه بیرونی زمانی رخ می دهد که نتیجه کار از خود عمل مهم تر است، همچنین چهار نوع انگیزش بیرونی در وسط پیوستار قرار دارد که شامل: تنظیم یکپارچه (آمیخته) یعنی فعالیت به خاطر یک نتیجه با ارزش فردی مهم، تنظیم همانند سازی شده (خودپذیر) که رفتار از دیدگاه فرد با ارزش است و مورد پذیرش و داوری خود او قرار می گیرد، تنظیم درون فکنی شده که فرد توسط فشارها و ترغیبهای داخلی برانگیخته و توسط رخدادهای بیرونی تنظیم می شود و تنظیم بیرونی، رفتار کاملاً توسط منابع بیرونی مانند پاداشها و محدودیتهای کنترل می شود. تنظیم یکپارچه و همانندسازی شده، خود خواسته می باشد زیرا مشارکت در فعالیت توسط فرد مورد تأیید و ارادی است اما تنظیم درون فکنی و بیرونی خود ناخواسته می باشد زیرا مشارکت در فعالیت، تحمیلی و مطابق با ارزشها و احساسات فرد نیست. در طرف دیگر پیوستار بی انگیزشی قرار دارد، بی انگیزگی زمانی اتفاق می افتد که فرد به دلیل احساس بی کفایتی و عدم کنترل، فاقد علاقه و اراده برای عمل است که منجر به ترک فعالیت ورزشی می شود و خود مختاری در پایین ترین حد خود قرار می گیرد. افراد برای سازگاری با دنیای خارج از خود راهکار تسلط یا تکلیف محور^۸ و عملکرد یا خود محور^۹ استفاده می کنند، افراد تسلط مدار با کسب شایستگی با جهان کنار می آیند و فرایند منبع انگیزش آنهاست و افراد عملکرد مدار با یاد گرفتن قوانین با جهان کنار می آیند و نتایج منبع انگیزش آنهاست (فرانکن، ۱۳۸۴). همان طور که افراد تکلیف گرا و خود گرا هستند، فضای آموزشی و تمرین نیز می تواند تکلیف گرا و خود گرا باشد. در فضای انگیزشی تکلیف مدار مربی ورزشکاران رابه سخت کوشی و تلاش، پیشرفت (رقابت با خود و بهبود مهارت ها)، همکاری و مشارکت تشویق می کند. در فضای انگیزشی خود مدار مربی افراد تیم را به رقابت (موفقیت با غلبه بر دیگران) تشویق می کند، به برد و کسب مقام قهرمانی توجه دارد، شخص با عملکرد ضعیف و اشتباه تنبیه می شود و ورزشکاران توانا تر برتری می یابند (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱). هنگامی که ورزشکاران خود را می شناسند، برای بدست آوردن کنترل خود مهمترین قدم را برمی دارند (مارتنز^{۱۰}، ۱۳۸۹). رفتارهای مربی شایستگی و کنترل ادراک شده راپیش بینی می کند و ان هم با سطوح انگیزش بازیکنان مرتبط است (واینبرگ و گولد، ۱۳۹۲). مربیگری، یک رهبری رو در رو است که افراد را با استعدادها، تجارب و علاقه-

نوع رهبری مربیان، نقش تعیین کننده ای بر مشارکت ورزشی افراد دارد و نقشی اثرگذار و حیاتی در محیطهای ورزشی ایفا می کند. رهبری^۱ فرایندی است که ضمن آن مدیریت سازمان می کوشد تا با ایجاد انگیزه و ارتباطی مؤثر در تحقق اهداف سازمانی تسهیل ایجاد کند و کارکنان را از روی علاقه به انجام وظایفشان ترغیب کند و بر حفظ و تعیین هویت گروه اثر بگذارد (گودرزی، ۱۳۹۲). مهم ترین ویژگی یک مدیر ورزشی موفق این است که بداند چگونه افراد را برانگیزد و ارتباطات بین فردی و بهره وری آنها را درون سازمان بهبود ببخشد. چرا که بهره وری افراد، هنگامی که آنها به اندازه کافی با نیازها، امیال و آرزوهایشان برانگیخته شده باشند ارتقاء می یابد (اکوستا هرناندز^۲، ۱۳۸۷). ورزشکار در حرکت به سوی کمال به نیروی روانی نیاز دارد و انگیزش آزرینای این نیروی روانی است (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱). نخستین گام در افزایش انگیزه و رساندن آن به حد مطلوب شناخت بازیکنان نسبت به خود است زیرا با شناخت و آگاهی از ارزشهای خود، می توان شیوه ای مناسب در دستیابی به انگیزه مطلوب اتخاذ نمود (مختاری، ۱۳۸۷). عزت نفس کافی اساس یادگیری و انگیزش است، احساس شور و هیجان و اینکه افراد درباره خود دیگران چه احساسی دارند بر احساس توانایی و ایجاد انگیزه تأثیر دارد (بروئر^۳، ۱۳۸۴). آنچه رفتار را نیرو می دهد، هدایت می کند، نکه می دارد و پایان می بخشد انگیزش نام دارد و هر عاملی چه درونی و چه بیرونی که به ایجاد انگیزش می انجامد، انگیزه خوانده می شود (مختاری، ۱۳۸۷). فرایندهای درونی شامل نیازها، شناختها و هیجانها انواع اختصاصی انگیزه ها هستند که به همراه رویدادهای بیرونی به عنوان منابع منجر به ایجاد انگیزش در انسان می شوند و به رفتار انسان انرژی و جهت می دهند (گودرزی، ۹۲). جهت گیری انگیزشی^۴ تمایل فرد به سوی پاداشهای درونی یا بیرونی است که وی را به شرکت در فعالیتی تحریک می کند (واعظ موسوی و مسیبی، ۱۳۹۱). مطالعه برخی از رفتارهای مربیان در بطن نظریه خود مختاری دسی و رایان توصیف شده، این نظریه مطرح می کند که شایستگی، استقلال و ارتباط سه نیاز اساسی بشر هستند و درجه ارضای آنها، راهی طولانی در تعیین انگیزش درونی فرد طی می کند، بنابراین آگاهی از این عوامل روان شناختی و ایجاد تغییر در زمان ممکن، می توان انگیزش درونی فرد را بالا برد (واینبرگ و گولد، ۱۳۹۲) همچنین نظریه ارزیابی شناختی^۵ که منتخب از نظریه دسی و رایان است مطرح می کند که افراد به احساس شایستگی شخصی و خود مختاری نیاز درونی دارند، افراد معنای باز خورد ها و پاداشها را که جنبه کنترلی و اطلاعاتی دارند را ارزیابی می کنند، اگر محیط نتواند این نیازها را در فرد ارضاء کند، فرد چیزی کمتر از رشد بهینه خواهد داشت، محیط ورزشی فرصتهایی را برای افراد فراهم می کند تا مهارتها

1. leadership
2. Acosta Hernandez
3. Motivation
4. Brewer
5. Motivation orientation
6. Self-determination theory Deci and Ryan
7. Cognitive-evaluation theory

8. Mastery or Task-oriented
9. Performance or self-oriented
10. Martens

فلسفه (۱۳۹۸) نشان داد مربیانی که از سبک حمایتی بهره می‌برند، به طور مؤثرتری قادرند ورزشکاران را پایبند به رشته ورزشی خود کنند. محیط اجتماعی اطراف فرد در افزایش سطح آمادگی روانی تأثیر بسزایی دارد. مطالعات هاشمی مطلق، اصلانخانی و صفانیا (۱۳۹۸) نشان داد محیط ادراک شده اجتماعی از طریق ایجاد جو حمایتی می‌تواند بر شایستگی افراد تأثیر بگذارد و آنان را به مشارکت در فعالیت بدنی ترغیب کند. پژوهش لوییز^۶ و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد بازیکنان هندبال زن بادرک جو انگیزشی تکلیفی از طریق تحریک و هیجان در انگیزه درونی پیشرفت داشتند. نیاز ارضا نشده تبدیل به یک هدف می‌شود، کمک به ورزشکاران برای رسیدن به اهدافشان کلید رهایی به مسئله انگیزش است (گودرزی، ۱۳۹۲). سه نیاز هدف مربیان باید فهم و ایجاد نیازهای انگیزشی برای شاگردان باشد و نیز با برنامه های آموزشی مناسب آنها را به تحریک وادارند (گودرزی، ۱۳۹۲). سوالی که معلمان و مربیان همیشه می پرسند این است که چگونه می توان مانع کناره گیری کودکان از ورزش شد، و ماندگاری آنها را در تجربه های ورزشی افزایش داد (ربرتس و همکاران، ۱۳۸۲). کودکان انگیزه شرکت در فعالیت ورزشی یا کناره گیری از آن را بیشتر مربوط به مربیان و رضایت از خود می دانند (مختاری، ۱۳۸۷). نتایج پژوهش آلونسوتاپیا ونیتو^۷ (۲۰۱۸) حاکی از اهمیت فضای انگیزشی و عاطفی کلاس برای جلب رضایت دانش آموزان است. گانز، کاستیلو و بلاگر^۸ در پژوهش خود در ورزش زنان نشان دادند که رضایت مثبت از برآوردن نیازهای روان شناختی در لذت، مشارکت و پیشرفت ورزشکاران نقش دارد. لیتون رومان^۹ و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند ارتقاء ورزش برای دانش آموزان از طریق انگیزه و رضایت از نیازهای اساسی روان شناختی ضروری است بخصوص برای دانش آموزان مناطق شهری و کسانی که فعالیت بدنی فراغتی ندارند. گاتریس و توماس^{۱۰} (۲۰۱۸) در مطالعات خود نشان دادند احساس رضایت از نیازهای اساسی برای استقلال، شایستگی و وابستگی بهترین پیش بینی کننده ها در موفقیت تحصیلی است. دانش آموزان برای اینکه برانگیخته شوند نیازمند شناخت و مشاهده خود به عنوان فردی لایق و صلاحیت دار هستند (بروتر، ۱۳۸۴). وظیفه بوجود آوردن یک فضای حمایتی مثبت برای دانش آموزان کلاس، جهت اینکه خود را چگونه درک کنند و برای یادگیری برانگیخته شوند بر عهده معلم است. مهم نیست که دانش آموز چقدر انگیزه دارد، مهم این است که چگونه انگیزه در او ایجاد می شود ایجاد زمینه (شرایط محرک با گزینه های ارزشمند) کاری است که معلمان باید بکنند تا دانش آموزان خود به خود انگیزه بدهند و منجر به یادگیری و عملکرد مؤثر شود (کهن، ۱۳۹۱). محیطی که انگیزه در آن تقویت می شود تأثیر مثبتی بر جنبه های مختلف سلامت روانی دارد. نتایج پژوهش اردونی، مرزیه و پورقاز

های مختلف به هم نزدیک و آنها را تشویق می کند که برای قبول مسئولیت و پیشرفت قدم بردارند (گودرزی، ۱۳۹۲). مطالعات دایجک^۱ و همکاران (۲۰۱۹) نیز نشان داد که وابستگی انگیزه درونی و تلاش را افزایش می دهد و کارکنان خود را با انگیزه و دلپذیرتر تجربه می کنند. انگیزش محصول جو انگیزشی است، نقش فعال معلم از ادراک دانش آموزان از جو انگیزشی و در نتیجه انگیزش آنها بسیار مهم است. اگر در زمینه فعالیت بدنی مربی به نتیجه و توانایی نمایش داده شده دانش آموز اهمیت بدهد جو اجرا احکام است و افراد احتمالاً خودمدار می شوند، جهت گیری خودمدار به منزله مقایسه عملکرد خود با دیگران است، این افراد به توانایی های دیگران اشاره می کنند نه توانایی های خودشان، این دسته از افراد وقتی که عملکرد بهتری نسبت به دیگران دارند خود را موفق می دانند، در مقابل اگر مربی از باز خورد خصوصی در مورد توانایی نمایش داده شده استفاده کند، یک جو تسلط^۲ وجود دارد و افراد احتمالاً تکلیف مدار می شوند، افرادی که دارای جهت گیری تکلیف مدار می باشند به تسلط بر مهارت ها، تلاش برای موفقیت، لذت و انگیزه درونی تمرکز دارند و آنها شایستگی را به رسمیت می شناسند (ربرتس، اسپینگ، پمبرتن، ۱۳۸۲). معلمان می توانند به طور مستقیم و غیرمستقیم جوهای انگیزشی ایجاد کنند، تکالیف و بازی ها را به صورت رقابتی یا مشارکتی تعریف کنند و کودکان را به شیوه های خاص گروه بندی کنند و به طور متفاوتی بر اهداف نتیجه ای و تکلیفی متمرکز شوند (واینبرگ و گولد، ۱۳۹۲). یک راه رسیدن به اثر بخشی در سازمان وجود یک جو باز برای همکاری است یعنی اهداف فرد و سازمان به هم گره بخورند (اکوستا هرناندز، ۱۳۸۷). میکائیلی و همکاران (۱۳۹۷) در دانش آموزان دبیرستانی دریافتند که ادراک از جو کلاس بر خود کارآمدی و انگیزش تحصیلی اثر مستقیم و معنا داری دارد. افراد تکلیف مدار عزت نفس بالایی دارند و با نیاز به تجربه غرور، برانگیخته می شوند، در صورتی که افراد خودمدار معمولاً عزت نفس پایینی دارند و با نیاز به اجتناب از شرمساری برانگیخته می شوند (فرانکن، ۱۳۸۴). جهت افزایش عزت نفس و انگیزه در دانش آموزان، معلمان باید از رویکرد یادگیری مشارکتی در درس تربیت بدنی بهره ببرند (شمس، عبدلی، شمسی پور، ۱۳۹۲). تحقیقات صحرائیان، واعظ موسوی و خبیری (۱۳۹۵) نیز در دانش آموزان متوسطه نشان داد یادگیری مشارکتی با افزایش میزان خود کار آمدی و لذت ورزشی میزان پایبندی به تمرین را افزایش می دهد. توانایی معلم در افزایش مشارکت دانش آموزان با رفتارهای حمایتی-استقلالی ارتباط مستقیم و مثبتی با انگیزش درونی برای پرداختن به فعالیت جسمانی در بیرون از مدرسه دارد (لیم و وانگ^۴، ۲۰۰۹). کندی پیپو و همکاران (۲۰۲۱) نیز در مطالعات خود دریافتند انگیزه درونی در پایبندی به فعالیت ورزشی مؤثر است همچنین پژوهش

- 6 . Lopez
7. Alonso-Tapia, Nieto
8. González, Castillo, Balaguer
- 9 . Leyton-Román
- 10 . Gutiérrez, Tomás

1. Dijke
2. performance climate
3. Mastery climate
- 4 . Lim & Wang
- 5 . Conde-Pipó

(۱۳۹۶) نشان داد که افزایش انگیزه درونی و آموزش مهارت‌های خود تنظیمی در دانش‌جویان می‌تواند اضطراب آنها را کاهش دهد. مطالعات کاستیلیو^۱ و همکاران (۲۰۲۰) نشان داده‌نگامی که دانش آموزان فضای تکلیفی رادک کردند پر انرژی تر، و انگیزه خود مختار قوی تری داشتند و معلمان تربیت بدنی با ایجاد یک فضای یادگیری تکلیفی می‌توانند رفتارهای ارتقا دهنده سلامت دانش آموزان را بهبود ببخشند. مهمترین علت بی انگیزگی دانش آموزان متوسطه در فعالیت بدنی، جذاب نبودن فعالیت های تربیت بدنی می‌باشد (کاشف، عامری و مازیاری، ۱۳۹۲). دختران به خاطر بی انگیزگی در معرض اختلالات روانی هستند، باید با ایجاد محیطی مفرح و لذت بخش آنها را به انجام فعالیت ترغیب کرد (اسماعیلی و همکاران، ۱۳۹۲). در مدرسه فضایی برای توسعه مهارت‌ها نیست از طرفی ایجاد روابط دوستانه متقابل بین دانش آموزان تا حدود زیادی به روش‌های آموزشی بستگی دارد که مدارس برای ایجاد انگیزه در دانش آموزان از آنها استفاده می‌کنند (کرینسکی، ۱۳۸۶). یافته های کاواس^۲ و همکاران (۲۰۱۷) نیز نشان داد که انگیزه درونی بر عملکرد افراد با نتایج مثبت همراه است. تجربه های مثبت نوجوانان و انگیزه درونی در درس تربیت بدنی در اتخاذ سبک زندگی فعال در بزرگسالی مؤثر می باشد (نتومیس^۳، ۲۰۰۵). با توجه به نظریه ها و مطالعات در زمینه عوامل بی انگیزگی و نیازهای انگیزشی (استقلال، شایستگی و وابستگی) دانش آموزان در مدرسه و نقش معلمان در ایجاد یک فضای حمایتی مثبت و مفرح با برنامه های آموزشی مناسب جهت ترغیب دانش آموزان به انجام فعالیت و ماندگاری آنها در تجربه های ورزشی که در سبک زندگی فعال در بزرگسالی مؤثر می باشد و اهمیت ایجاد فضا های انگیزشی و نقش اثرگذار و حیاتی در محیط های ورزشی که می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای در درس تربیت بدنی در مدارس داشته باشد ضرورت بررسی تحقیقاتی در این زمینه را ایجاد می‌کند. از طرفی عدم وجود تحقیقات تجربی کافی در این زمینه بررسی این موضوع را بیشتر توجیه می‌نماید. لذا در این راستا مسئله اصلی این تحقیق پاسخ به این سوال است که آیا ایجاد فضای انگیزشی تکلیف‌گرا و خودگرا توسط مربی می‌تواند بر انگیزه ورزشی دانش آموزان در ساعت درس تربیت بدنی اثر گذار باشد؟

-
- 1 . Castillo
 - 2 . Kuvaas
 - 3 . ntoumanis

روش شناسی

جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم دبیرستان‌های شهرک‌های شهر قم در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ به تعداد ۲۰۵۶ نفر تشکیل می‌دهند. ۷۲ نفر نمونه از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس، به شکل داوطلب انتخاب و به ۳ گروه ۲۴ نفری تقسیم شدند، نمونه‌ها مهاجر هستند و اصالت آنها از استان‌های مختلف کشور است و نوع منزل مسکونی آنها، آپارتمان است. صحت سلامت آزمودنی‌ها توسط پزشک تأیید و سپس فرم مشخصات فردی و برگه رضایت‌نامه در بین دانش‌آموزان توزیع و جمع‌آوری شد. پژوهش از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل می‌باشد. قبل از شروع برنامه تمرینات، پیش‌آزمون پرسش‌نامه انگیزه ورزشی از آزمودنی‌ها به عمل آمد. سپس گروه آزمایشی اول جو انگیزشی تکلیف‌محور، فعالیت‌های مشارکتی و اختیاری را تجربه کردند. در این فضا تکالیف براساس سطح رشد و با انتخاب افراد تعیین شد. معلم و دانش‌آموزان در تصمیم‌گیری و ارائه تمرین متنوع مشارکت داشته و مربی به تلاش جمعی، حضور مؤثر، همکاری، تشویق یکدیگر و روابط دوستانه اهمیت می‌داد. در بخش آمادگی جسمانی رکورد گروهی مهم بود. در بخش مهارت و بازی‌های گروهی قوانین و مقررات کاهش یافته و افراد دوستانه و تفریحی بازی می‌کردند. بازخورد به شکل خصوصی بود، در هنگام شکست، علت آن دشواری تکلیف و در هنگام موفقیت، علت به تلاش و توانایی نسبت داده می‌شد. در صورت پیشرفت، اهداء پاداش و تحسین غافلگیرانه و به صورت خصوصی بود. در پایان نیز ارزشیابی هر یک بر اساس سطح پیشرفت فردی و گروهی صورت گرفت. گروه آزمایشی دوم جو انگیزشی خودمحور، فعالیت‌های رقابتی و اجباری را تجربه کردند. در این فضا افراد به صورت اختیاری گروه بندی شدند، تکالیف اجباری، و تصمیم‌گیری‌ها بر عهده مربی بود و از روش آمرانه در آموزش و تمرین استفاده شد. مربی دانش‌آموزان را تشویق به رقابت با همسالان نموده و به برد و باخت و رکورد فردی و نتیجه اهمیت داده می‌شد، به طوری که نتایج برد و باخت تیم‌ها و افراد روی تابلوی کلاس ثبت شد. بازخوردهای مربی کاملاً علنی بود، موفقیت و شکست به توانایی فرد مربوط شده و هنگام تقدیر از ورزشکاران، مربی با پاداش‌های از قبل وعده داده شده از آنها تقدیر می‌نمود. ارزشیابی نیز با توجه به برتری نسبت به همسالان صورت گرفت و دانش‌آموزان نسبت به یکدیگر مقایسه شدند. گروه کنترل هیچ مداخله‌ای را تجربه نکرده و برنامه عادی ورزشی مدرسه را ادامه داد. سه گروه به مدت ۸ هفته و دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای در هفته در سالن ورزشی به فعالیت‌های آمادگی جسمانی (تقویت استقامت عضلات شکم و قدرت انفجاری پاها) و مهارت‌های ورزشی والیبال پرداختند. آزمودنی‌های دو گروه آزمایش، بسته به نوع فضای انگیزشی و سازماندهی به گروه‌های ۲، ۴، ۶، ۱۲ نفره تقسیم شدند و گاهی به تنهایی تمرین نمودند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه انگیزه ورزشی (SMS-6) که توسط مالت،

کاواباتا، نیوکامب و جکسون^۱ (۲۰۰۷) ساخته شده و نسخه تجدیدنظر شده مقیاس انگیزه ورزش (SMS) است که در سال ۱۹۹۵ توسط پلتیر و همکاران ساخته شد. استفاده شد این پرسشنامه جهت دهی انگیزش ورزشکاران را مشخص می‌کند و دارای بیست و چهار سؤال در قالب درجه بندی لیکرت و به صورت پنج درجه‌ای (طیف به هیچ وجه تا کاملاً) به سؤالات پاسخ داده می‌شود، شامل شش خرده مقیاس است که از بی انگیزگی تا انگیزه درونی را شامل می‌شود و به دلیل تبعیت از نظریه خودمختاری این مقیاس در بیشتر مطالعات مورد استفاده قرار می‌گیرد. سؤالات ۱، ۶، ۱۴، ۱۸ مربوط به انگیزه درونی، سؤالات ۲، ۱۳، ۹، ۲۱ مربوط به تنظیم خودپذیر، سؤالات ۷، ۱۰، ۱۶، ۲۳، ۱۵، ۲۰ مربوط به تنظیم درون فکنی شده، سؤالات ۴، ۱۱، ۱۹، ۲۴ مربوط به تنظیم کننده بیرونی، سؤالات ۵، ۱۲، ۱۷، ۲۲ مربوط به بی انگیزگی می‌باشد. کلیه سؤالات پرسشنامه، بین ۱ تا ۷ از به هیچ وجه ۱ تا کاملاً ۷ نمره گذاری شده‌اند. گفتمانی است که نمره گذاری به صورت معکوس وجود ندارد. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۷۸ و میزان CFA تحلیل عامل تأییدی و ریشه میانگین مربعات خطاهای تخمین آن به ترتیب ۰/۹۰۹ و ۰/۰۵۲ است. این مقیاس در ایران توسط اسماعیلی و همکاران (۱۳۹۳) اعتبار یابی شد که برای اعتبار یابی آن از دانشجویان دانشگاه تهران با تمام سطوح مهارتی (نخبه و غیر نخبه) بازیکنان ورزشهای تیمی و انفرادی و هر دو جنس استفاده گردید. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس در ایران ۰/۸۸ و میزان CFA و RMSEA آن به ترتیب ۰/۹۲۴ و ۰/۰۶۳ بدست آمد. پایایی زمانی این مقیاس با استفاده از روش پیرسون برای خرده مقیاسهای انگیزه درونی، تنظیم امیخته، تنظیم خود پذیر، تنظیم درون فکنی شده، تنظیم بیرونی و بی انگیزگی به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۹۲، ۰/۸۴، ۰/۵۹، ۰/۸۲ و ۰/۷۶ به دست آمد. نتایج بدست آمده از پرسشنامه اصلی و پرسشنامه اعتبار یابی شده نشان دهنده روایی و پایایی مناسب این مقیاس است و می‌توان از آن در کارهای پژوهشی در بین اقشار مختلف استفاده کرد. به منظور سامان دادن به نمرات خام به دست آمده، ابتدا از روش‌های آمار توصیفی استفاده شد سپس از آزمون کولموگروف-اسمیرف مبنی بر نرمال بودن توزیع نمرات نمونه در جامعه استفاده شد و با توجه به نتایج آزمون کولموگروف برای مقایسه پیش آزمون‌های سه گروه از آزمون کروسکال والیس استفاده شد. جهت تحلیل داده‌ها و برای مقایسه پیش آزمون و پس آزمون هر گروه، از آزمون ویل-کاکسون بهره گرفته شد. تمام عملیات آماری تحقیق حاضر با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شد.

یافته های پژوهش

نشان داد بین میانگین های پیش آزمون سه گروه در کلیه مؤلفه های انگیزه ورزشی تفاوت معناداری از نظر آماری وجود ندارد ($P < 0.05$) همچنین در جداول (۱) تا (۶) نتایج نتایج تحلیل داده های تحقیق به تفکیک آمده است.

جهت بررسی میزان دستیابی به اهداف مدنظر در پژوهش، ابتدا از نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد، نتایج نشان داد توزیع نرمات نمونه ها در کلیه مؤلفه ها در هر سه گروه طبیعی نیست ($P < 0.05$) سپس نتایج آزمون کروسکال والیس مبنی بر بررسی یکسان بودن گروه های نمونه در میانگین پیش آزمون

جدول ۱. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد انگیزه درونی

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۴/۶۳± ۱/۹۵	۴/۴۷± ۲/۱۳	۱/۰۳۵	۰/۳۰۰
گروه خودگرا	۴/۵۲± ۲/۱۱	۴/۳۵± ۲/۲۸	۰/۶۴۱	۰/۵۲۱
گروه تلکیف مدار	۴/۷۱± ۲/۰۹	۵/۶۳± ۱/۵۰	۴/۷۶۸	۰/۰۰۱
کای ۲ کروسکال والیس	۰/۴۹۹			
سطح معنی داری	۰/۷۷۹			

ندارد و تنها در گروه تلکیف مدار پس از یک دوره ایجاد فضای انگیزشی رشد معنی داری از نظر آماری در انگیزه درونی اتفاق افتاده است.

در جدول (۱) ملاحظه می شود، بین میانگین انگیزه درونی سه گروه در پیش آزمون تفاوت معنی داری از نظر آماری وجود

جدول ۲. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد تنظیم آمیخته

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۳/۲۱± ۲/۲۲	۳/۵۰± ۲/۳۹	۱/۰۲۹	۰/۳۰۳
گروه خودگرا	۲/۹۱± ۲/۱۴	۲/۵۴± ۲/۰۱	۱/۴۴۹	۰/۱۴۷
گروه تلکیف مدار	۳/۴۴± ۲/۲۱	۳/۹۳± ۲/۱۸	۲/۱۳۶	۰/۰۳۳
کای ۲ کروسکال والیس	۳/۸۸۰			
سطح معنی داری	۰/۱۴۴			

انگیزشی رشد معنی داری از نظر آماری در تنظیم آمیخته اتفاق افتاده است.

در جدول (۲) ملاحظه می شود بین میانگین تنظیم آمیخته سه گروه در پیش آزمون تفاوت معنی داری از نظر آماری وجود ندارد و تنها در گروه تلکیف مدار پس از یک دوره ایجاد فضای

جدول ۳. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد تنظیم خودپذیر

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۴/۵۲± ۲/۱۱	۴/۰۷± ۲/۱۲	۱/۹۳۸	۰/۰۵۳
گروه خودگرا	۳/۹۱± ۲/۳۴	۳/۶۱± ۲/۱۶	۱/۱۹۱	۰/۲۳۴
گروه تلکیف مدار	۴/۰۸± ۲/۰۲	۴/۲۱± ۲/۰۸	۰/۲۷۳	۰/۷۸۵
کای ۲ کروسکال والیس	۴/۰۸۱			
سطح معنی داری	۰/۱۳۰			

گروه تلکیف مدار از نظر میانگین بهبود حاصل شده است لیکن رشد معنی داری از نظر آماری در هیچکدام از گروه ها اتفاق نیافتاده است.

در جدول (۳) ملاحظه می شود بین میانگین تنظیم خودپذیر سه گروه در پیش آزمون تفاوت معنی داری از نظر آماری وجود ندارد و پس از یک دوره ایجاد فضای انگیزشی اگر چه فقط در

جدول ۴. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد تنظیم درون فکنی

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۵/۰۰± ۲/۲۴	۴/۵۷± ۲/۱۶	۱/۷۰۷	۰/۰۸۸

گروه خودگرا	۴/۵۰±۲/۲۵	۴/۱۲±۲/۳۴	۱/۵۶۴	۰/۱۱۸
گروه تکلیف مدار	۴/۷۷±۲/۱۴	۵/۱۲±۱/۹۷	۱/۹۰۰	۰/۰۵۷
کای ۲ کروسکال والیس	۳/۱۹۴			
سطح معنی داری	۰/۲۰۲			

فقط در گروه تکلیف مدار از نظر میانگین بهبود حاصل شده است لیکن رشد معنی داری از نظر آماری در هیچکدام از گروه ها اتفاق نیافتاده است.

در جدول (۴) ملاحظه می شود بین میانگین تنظیم درون فکنی سه گروه در پیش آزمون تفاوت معنی داری از نظر آماری وجود ندارد. همچنین پس از یک دوره ایجاد فضای انگیزشی اگر چه

جدول ۵. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد تنظیم بیرونی

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۳/۲۶±۲/۱۹	۳/۴۵±۲/۲۲	۰/۷۳۳	۰/۴۶۴
گروه خودگرا	۳/۰۴±۲/۳۴	۲/۸۲±۲/۱۰	۰/۶۷۷	۰/۴۹۸
گروه تکلیف مدار	۳/۱۷±۱/۸۲	۳/۷۸±۲/۱۷	۲/۵۸۳	۰/۰۱۰
کای ۲ کروسکال والیس	۱/۸۷۴			
سطح معنی داری	۰/۳۹۲			

معنی داری از نظر آماری وجود ندارد. از طرفی در گروه تکلیف مدار پس از یک دوره ایجاد فضای انگیزشی رشد معنی داری از نظر آماری در تنظیم بیرونی اتفاق افتاده است.

در جدول (۵) ملاحظه می شود با توجه به سطح معنی داری بین میانگین تنظیم بیرونی سه گروه در پیش آزمون تفاوت

جدول ۶. نتایج آزمون ویل کاکسون و کروسکال والیس سه گروه تحقیق در بعد بی انگیزگی

گروه های تحقیق	میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون	میانگین و انحراف استاندارد پس آزمون	Z ویل کاکسون	سطح معنی داری
گروه کنترل	۲/۲۸±۱/۸۵	۳/۱۳±۲/۱۲	۳/۲۶۱	۰/۰۰۱
گروه خودگرا	۲/۵۲±۱/۹۸	۳/۰۱±۲/۱۵	۱/۹۳۸	۰/۰۵۳
گروه تکلیف مدار	۲/۴۶±۱/۸۱	۱/۹۱±۱/۴۹	۲/۲۶۲	۰/۰۲۴
کای ۲ کروسکال والیس	۱/۲۵۱			
سطح معنی داری	۰/۵۳۵			

نظر آماری کاهش معنا داری در بی انگیزگی در گروه تکلیف مدار به وجود آمده ولیکن در گروه کنترل افزایش معنا داری از نظر آماری در بی انگیزگی اتفاق افتاده است.

در جدول (۶) ملاحظه می شود بین میانگین بی انگیزگی سه گروه در پیش آزمون تفاوت معنی داری از نظر آماری وجود ندارد. همچنین پس از یک دوره ایجاد فضای انگیزشی اگر چه از

بحث و نتیجه گیری

رفتارهای حمایتی - خود پیروی مربیان با انگیزش درونی بازیکنان ارتباط مثبت و معنی داری دارد. مطالعات گسترده نشان می دهد محیط اجتماعی اطراف ورزشکار به خصوص محیطی که فضای انگیزشی تکلیف گرا را تقویت می کند از طریق تأمین نیازهای واسطه ای (استقلال، شایستگی و ارتباط) در افزایش سطح انگیزش خودمختاری تأثیر بسزایی دارد. دانش آموزان با درک فضای تکلیفی احساس لذت، رضایت و تلاش بیشتر، واضطرب و استرس کمتری دارند که تمام این موارد با سطوح بالای انگیزه درونی در ارتباط است. مطالعات نشان داد دانش آموزی که در این فضا از عملکرد خود لذت می برد، بسیار بهتر بازی می کند و تلاش بیشتری می کند در نتیجه در عرصه ورزش

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر دو فضای انگیزشی تکلیف گرا و خودگرا بر انگیزه ورزشی دانش آموزان دختر انجام شد. مطابق یافته های این تحقیق یک دوره دو ماهه ایجاد فضای انگیزشی با روش تکلیف مدار به شکل معنی داری موجب رشد و افزایش ابعاد انگیزه ورزشی شامل انگیزه درونی، تنظیم یکپارچه (آمیخته)، تنظیم بیرونی و کاهش بی انگیزگی شده است ولیکن با روش خود مدار در هیچ یک از ابعاد انگیزه ورزشی رشد معنا داری اتفاق نیفتاده است. از نتایج حاصل از رفتار مربی در یافته های پژوهش، افزایش ابعاد انگیزه ورزشی در آزمودنی های فضای تکلیفی است. نتایج با یافته های تحقیقات (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۷؛ کاستیلیو و همکاران، ۲۰۲۰؛ لوییز و همکاران، ۲۰۱۴؛ لیم و وانگ، ۲۰۰۹؛ انتومیس و همکاران، ۲۰۰۵) هم سو بوده مبنی بر اینکه زمانی که شاگردان فضای تکلیف محور را درک کردند انگیزه ورزشی بالاتری را نشان دادند. زرتشتیان، احمدی و آزادی (۱۳۹۱) در پژوهش خود نشان دادند

دریافت انگیزه درونی با شایستگی دانش آموزان ارتباط مثبت دارد. یکی از سازوکارهای اثر گذار در تاثیر این فضا افزایش احساس شایستگی است، مفهوم توانایی که فرد انتخاب می کند (ذاتی بودن توانایی یا قابل تغییر بودن توانایی با تلاش) بر شایستگی ادراک شده فرد تاثیر دارد و به واسطه شایستگی ادراک شده مفهوم توانایی الگوهای انگیزشی را تحت تاثیر قرار می دهد. به نظر می رسد که در محیط ورزشی وقتی معلم دیدگاه دانش آموزان را می پذیرد و به آنها حق انتخاب داده و احساساتشان را در نظر می گیرد دانش آموزان از طریق احساس رفاقت و صمیمیت با دیگر افراد مهم (از جمله معلم)، احساس شایستگی و توانایی بیشتری در آن ورزش نموده و ارتباط رضایت بخشی را با دیگران در محیط برقرار می کنند. از طرفی در فضای تکلیف محور، مربی در مورد پیشرفت های فردی (تلاش) به ورزشکاران بازخورد خصوصی می دهد، احتمالاً تاثیر این فضا در افزایش اعتماد به نفس، بازخوردهای مناسب ارائه شده از سوی مربی است. در کنار فعالیت بدنی و ورزش باید به فضای انگیزشی نیز توجه داشت با توجه به نتایج پژوهش، فعالیت های ورزشی در فضای خود گرا نتوانسته تغییرات مثبت و معنی دار انگیزشی را ایجاد کند. علت اینکه تغییر معنا داری در انگیزش دانش آموزان ایجاد نشده است ممکن است به خاطر لذت بخش نبودن نوع سازماندهی و مدیریت کلاس و اجبار آمودنی ها به انتخاب فعالیت های ورزشی مورد نظر باشد از طرفی و اینبرگ و گولد (۱۳۹۲) معتقدند نوجوانان، مربیانی را که به ورزشکاران فرصت مشارکت و بازخورد مثبت می دهند در اولویت قرار می دهند و زنان نیز سبک رهبری مشارکتی را ترجیح می دهند. پژوهش هولمبیک و آموروس (۲۰۰۵) رفتارهای مربیگری استبدادی را مبنی بر کاهش انگیزه درونی تأیید می کند. به نظر می رسد علت ناتوانی فضای انگیزشی نتیجه گرا در ایجاد انگیزه این باشد که در این فضا نتیجه برد و باخت برای دریافت پاداش های بیرونی بسیار مهم است و روابط میان افراد، برای رسیدن به پاداش های بیرونی منفی است و پاداش هایی که جهت عملکرد قوی دریافت می شود، جنبه کنترلی پیدا می کند، در این فضا به علت این که شخص استقلال ندارد و در فرایند تصمیم گیری مشارکت ندارد، احساس مسئولیت نمی کند و بر کار خود کنترل ندارد، تلاش برای کنترل موقعیتی کنترل ناپذیر منجر به رفتارهای ناسازگارانه و استرس می شود. همچنین پژوهش های تراورز و همکاران (۲۰۱۳) نیز نشان داد که جو خود-گرا با مشکلات سازگاری بیشتر همراه است و نوجوانان با این گرایش اضطراب بالایی را گزارش کردند. یافته های بارتلو میو، نتومیس، دوگرسن^۶ (۲۰۰۹) نشان داد راهبرد های کنترلی از جمله بازخورد کنترلی، پاداش های ملموس، رفتارهای تهدید آمیز که مربیان برای کنترل ورزشکاران به کار می برند انگیزه درونی را تضعیف می کند. کنترل ادراک شده کم می تواند در دستگاه ایمنی اختلال ایجاد کند چرا که استرس حاد و مزمن پاسخ های ایمنی را سرکوب می کند. وندی پول و همکاران (۲۰۱۲) نیز بین جو نتیجه گرا و استرس ارتباط مثبتی

ماندگارتر خواهد بود (دایچک و همکاران، ۲۰۱۹؛ اسمیت و همکاران، ۲۰۱۷؛ وندی پول، کاواسانا و ورینگ، ۲۰۱۲؛ بای و اصفهانی نیا، ۱۳۹۸). پژوهش لیتون رومان و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد انگیزه خود مختار و درک نیازهای روان شناختی مثبت انگیزه درونی و لذت را پیش بینی می کند. مطالعات دیگری نیز جنبه های رفتاری منتج از فضای تکلیف محور که منجر به افزایش انگیزش ورزشکار می شود را بررسی کرده اند به طوری که می توان به انگیزه موفقیت (گاتریس و توماس، ۲۰۱۸؛ خاکسار، صابونچی و سلیمانی، ۱۳۹۸؛ کریمی و همکاران ۱۳۹۴) اشاره کرد. رفتارهای مربیان عامل مهم و اثر گذار بر رضایتمندی ورزشکاران است، رضایتمندی ورزشکار بخش ذاتی مشارکت ورزشی است و بدون آن ورزشکار به دنبال منابع کسب موفقیت نمی رود. مطالعات (گانزلز و همکاران، ۲۰۱۹؛ آلونسو تاپیا و نیتو، ۲۰۱۸؛ تراورز، بهنرت ورنالد^۳، ۲۰۱۳؛ محمدی و دولتی ۱۳۹۵) در خصوص سبک رهبری مربیان نشان دادند که جو انگیزشی تکلیف گرا با رضایتمندی دانش آموزان و بازیکنان ارتباط مثبتی دارد. در فضای تکلیفی قوانین و مقررات کاهش می یابد و دانش آموزان با درک قوانین مثبت در فضای قابل کنترل، رقابت دوستانه (بازی) دارند، لیتون رومان و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند دانش آموزانی که فعالیت بدنی فراغتی داشتند در انگیزه خود مختار و درک فضای حمایتی مقادیر بالاتری داشتند. مطالعات دانا، گوزل زاده و سبزی (۱۳۹۶) نیز در دختران دبیرستانی ۱۷-۱۴ سال نشان داد که ورزش های فراغتی نسبت به ورزش های رقابتی در زمینه عملکرد تحصیلی و اجتماعی اثرات بیشتری داشته است. تجربه غرور به کودکان احساس خودمختاری، قدرت و اعتماد به نفس می دهد، هنگامی که فرد خود تصمیم می گیرد و به خاطر نقایصی که تصمیم او دارد سرزنش نمی شود، غرور رشد می کند، و این غرور که همان پاداش درونی است در فضای تکلیفی باعث افزایش انگیزه می شود. شواهد نشان می دهد افراد زمانی رفتارها را درونی می کنند که امیدوار باشند و زندگی خود را قابل پیش بینی کنند. در فضای تکلیفی، دانش آموز بر کار خود کنترل دارد، پس می تواند نیازها را پیش بینی کند و محیط را کشف کند و زندگی سالم تری داشته باشد چرا که با کنترل بر کار خود، استرس کاهش می یابد. یافته های اردونی و همکاران (۱۳۹۶) نیز نشان داد با افزایش انگیزه درونی و بیرونی و مهارت های خود تنظیمی می توان اضطراب را کاهش داد. مطالعات گسترده در زمینه فضای تکلیفی نشان داد دانش آموزان با معیارهای شخصی بر یادگیری و بهبود عملکرد تمرکز دارند و هنگام مواجهه با بازخورد منفی و موقعیت های سخت، تلاش و پافشاری بیشتری از خود نشان می دهند و تکالیف چالش انگیز انتخاب می کنند و موفقیت و شکست در این تکالیف را به تلاش نسبت می دهند با توجه به اینکه بر تلاش تمرکز می کنند بنابراین بیشتر از درون برانگیخته می شوند و اشتباهات را به عنوان بخشی از فرایند یادگیری در نظر می گیرند. گوتفراید^۴ (۲۰۱۸) در مطالعات خود

- 1 . Smit
- 2 . Van de pol , Kavussanun, Ring
- 3 . Travers, Bohnert, Randall
- 4 . Gottfried

5 . Hollembeak & Amorose

6 . Bar tholomew , Ntoumanis & Thogersen

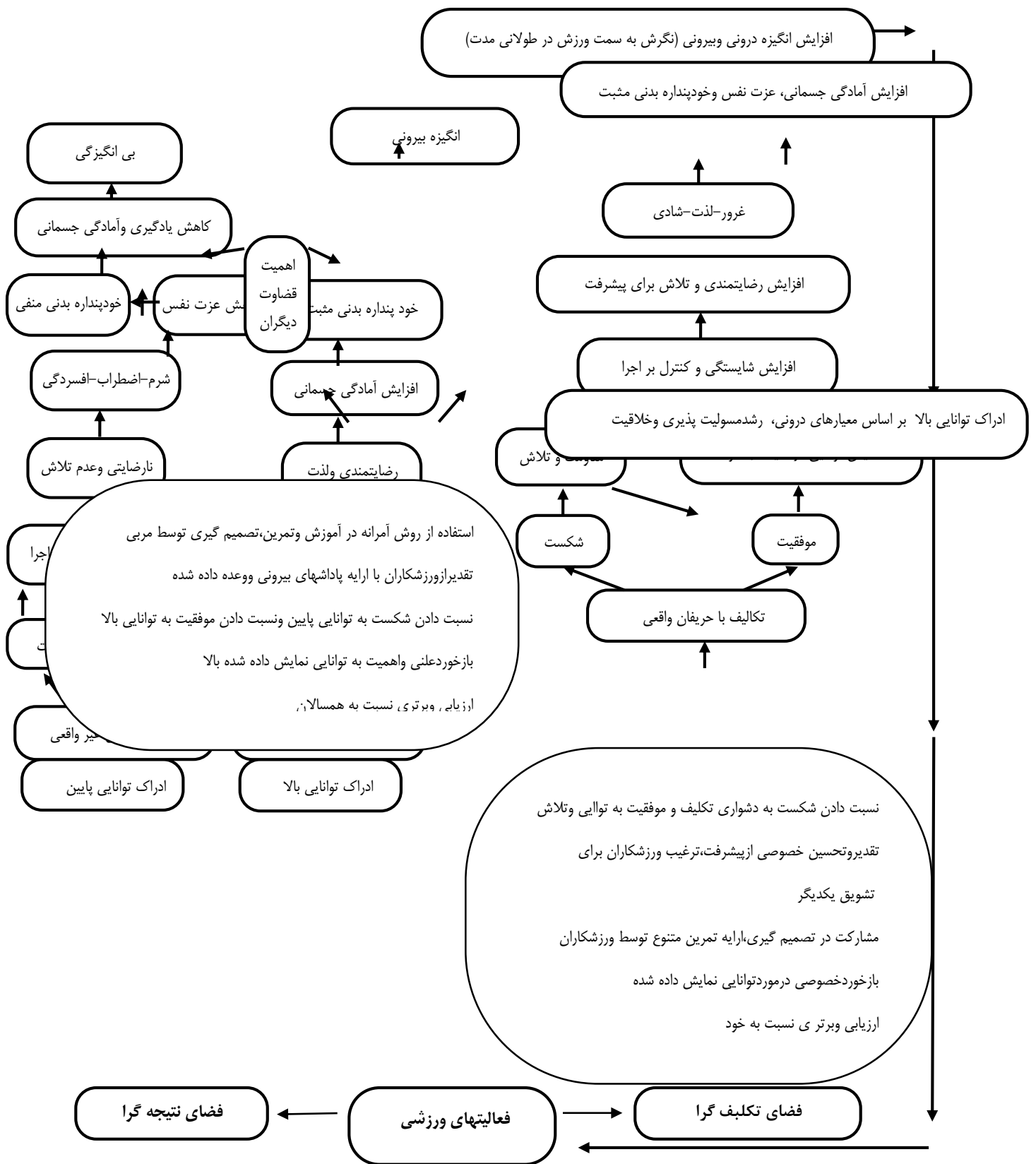
منظور افزایش دانش معلمان تربیت بدنی در زمینه فضای انگیزشی تکلیفی و چگونگی خلق آن در ساعت درس تربیت بدنی استفاده کرد. کازاکووا و شاستینا^۳(۲۰۱۹) معتقدند پیشینه اجتماعی و فرهنگی در شکل گیری انگیزه دانش آموزان موثر است بنابراین به جهت اینکه اصالت دانش آموزان شرکت کننده در این پژوهش از مناطق کل کشور با فرهنگهای مختلف می باشد به نظر می رسد می توان نتایج این پژوهش را به کل کشور تعمیم داد. لازم به توضیح است متغیرهای مداخله‌گری همچون ژنتیک، وضعیت روحی-روانی، تغذیه، وضعیت اقتصادی خانواده و غیره کنترل نشده است. در نهایت با جمع بندی ادبیات و پیشینه تحقیقات مختلف در این زمینه و نیز بر اساس یافته های تحقیق، مدل مفهومی ذیل به منظور فرآیند تاثیرپذیری انگیزه ورزشی از دو فضای انگیزشی ترسیم شد(شکل ۱). این مدل در پژوهش های بعدی می تواند مورد بررسی قرار گیرد.

یافتند. همچنین در فضای نتیجه گرا افراد برای حفظ شایستگی دشواری بیشتری را نسبت به فضای تکلیف گرا متحمل می شوند چون موفقیت، در ارزیابی توسط دیگران و مقایسه با معیارهای برتر و عملکرد دیگران است و رقابت معنا پیدا می کند. از طرفی چون عملکرد دیگران را در رقابت، نمی تواند کنترل کند، در نتیجه دچار استرس می شوند و حتی ممکن است از تلاش دست بردارند و یا تکالیفی را انتخاب کنند که موفقیتشان را تضمین کند. اگر دانش آموز در این فضا عملکرد ضعیفی داشته باشد تنبیه می شود و این عملکرد ضعیف به توانایی ضعیف او نسبت داده می شود در نتیجه احساس شایستگی کمتری را درک می کند و با توجه به اینکه این افراد بر تلاش تمرکز نمی کنند و بیشتر به توانایی خود تمرکز دارند کمتر از درون برانگیخته می شوند. در مطالعات قنبر پور و سقر(۱۳۹۶) نیز سبک رهبری آمرانه ارتباط منفی و معناداری با رضایتمندی ورزشکاران داشت. تحقیقات برنستین^۱(۲۰۱۱) نشان داد استفاده از فعالیتهای رقابتی علاقه به مشارکت در فعالیتهای تربیت بدنی را افزایش و کاهش می دهد اگر دانش آموز تجربه به موفقیت آمیز داشته باشد ممکن است بخواهد به فعالیت ادامه دهد ولی اگر دانش آموز احساس کند در یک فعالیت ناموفق است ممکن است نخواهد مشارکتش را ادامه دهد بنابراین این تجارب دانش آموزان در درک از فضای نتیجه محور مهم است. نتایج مطالعات پریچارد^۲(۲۰۲۰) در خصوص نوجوانان ۱۸-۱۲ ساله نشان داد احساسات مثبت بدن، با تجارب انگیزشی ورزشی مثبت ارتباط دارد در حالی که احساسات منفی بدن، با تجارب انگیزشی- ورزشی ضعیف تر مرتبط است. در کل نتایج آماری نشان می دهد که فضای انگیزشی تکلیف گرا نقش مؤثرتری در متغیر انگیزه ورزشی دارد. دلیل همخوانی نتایج پژوهش با تحقیقات انجام شده تأیید اصول نظریه خودمختاری در میان ورزشکاران است چرا که محیط اجتماعی اطراف ورزشکار به خصوص جو انگیزشی ایجاد شده توسط مربی در افزایش سطح انگیزش خود مختاری تاثیر بسزایی دارد و بر اهمیت رفتارهای مربی در ایجاد جو انگیزشی مناسب تاکید دارد. برای برداشتن گام های حیاتی و اولیه برای افزایش انگیزه در ورزشکاران، باید اهداف تکلیفی را جایگزین اهداف نتیجه ای کرد. با افزایش سطح آمادگی روانی در دانش آموزان از طریق فعالیتهای گروهی و همکاری می توان حس مسؤلیت پذیری و درصد موفقیت دانش آموزان و در نهایت پیشرفت عملکرد ورزشی را افزایش داد و آنها را برای پذیرش آینده آماده تر ساخت. رویکرد فعلی فعالیتهای تربیت بدنی در مدارس کشور ما به طور کلی رویکردی رقابتی است. پدیده ای که دانش آموزان باید قبل از رقابت تمرین کنند «همکاری» است، لذا ایجاد انگیزه و حس مشارکت در دانش آموزان باید از اهداف اولیه متخصصان در علم ورزش باشد. با توجه به اینکه درک از فضای انگیزشی در سنین مختلف متفاوت است پیشنهاد می شود پژوهش حاضر در گروههای سنی مختلف انجام شود و مدیران ورزشی از نتایج آن با ایجاد کارگاههای آموزشی به

1 . Bernstein
2 . Pritchard

3 . Kazakova, Shastina

برسی قرار گیرد.



شکل (۱) مدل مفهومی تاثیر پذیری انگیزه ورزشی از دو فضای تکلیف گرا و نتیجه گرا

منابع

- اردونی س، مرزیه الف، پورقاز ع. ۱۳۹۶. رابطه انگیزش تحصیلی و راهبرد های خود تنظیمی با اضطراب درس آمار دانشجویان. فصلنامه مطالعات روان شناسی تربیتی، ۲۶: ۳۸-۶۲.
- اسماعیلی م. ۱۳۹۳. تعیین روایی و پایانی نسخه فارسی مقیاس انگیزه ورزشی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران.
- اسماعیلی م، سهیلی س، حجتی ع، رضا سلطانی ن. ۱۳۹۲. مقایسه عوامل انگیزش ورزشی نوجوانان دختر و پسر با توجه به نظریه خودمختاری. همایش دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تبریز
- آکوستاهراناند ز. ۱۳۸۷. مدیریت سازمانهای ورزشی. ترجمه ع الهی، الف خسروی زاده. تهران: انتشارات بامداد کتاب. ۳۴۴ صفحه.
- بای ن، اصفهانی نیا الف. ۱۳۹۸. مدل یابی اثر حمایت اجتماعی والدین، شایستگی ادراک شده و جو مدرسه بر لذت از شرکت در فعالیت های بدنی دانش آموزان دختر. نشریه پژوهش در ورزش تربیتی، ۱۶: ۳۰۷-۳۲۶.
- بروئر الف. ۱۳۸۴. ایجاد انگیزه در کودکان. ترجمه الف ناهیدی. چاپ اول. تهران: انتشارات جوانه رشد. ۳۴۱ صفحه
- خاکساری غ، صابونچی ر، سلیمانی م. ۱۳۹۸. نقش هوش هیجانی و سبک رهبری مربیان در انگیزش موفقیت و تعهد کشتی گیران نخبه ایران. نشریه پژوهش های معاصر در مدیریت ورزشی، ۱۷: ۷۹-۶۹.
- دانا الف، گوزل زاده الف، حمزه سبزی الف. ۱۳۹۶. تأثیر نوع برنامه ریزی ورزشی بر عملکرد اجتماعی و انطباقی دختران دبیرستانی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۴۲: ۷۳-۹۰.
- رابرتس گ، اسپینگ ک، پمبرتن س. ۱۳۸۲. آموزش روانشناسی ورزشی. ترجمه م واعظ موسوی، م شجاعی. چاپ اول. تهران: انتشارات رشد. ۲۴۰ صفحه.
- زردشتیان ش، احمدی ب، آزادی الف. ۱۳۹۱. ارتباط رفتارهای حمایتی - خودپیروی مربیان با انگیزش خودمختاری و تعهد ورزشی بازیکنان زن نخبه لیگ هندبال. فصلنامه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۳: ۱۷۰-۱۵۵.
- شمس الف، عبدلی ب، شمسی پور پ. ۱۳۹۲. مقایسه تأثیر رویکردهای یادگیری مشارکتی، رقابتی و انفرادی بر عوامل منتخب آمادگی جسمانی و حرکتی دانش آموزان: نقش واسطه گری کمال گرایی و عزت نفس. مجله رفتار حرکتی، ۱۲: ۴۷-۶۴.
- صحرا بیان الف، واعظ موسوی م، خبیری م. ۱۳۹۵. تأثیر یادگیری مشارکتی بر پایداری به تمرین در رشته هندبال: نقش واسطه ای لذت و خود کار آمدی ورزشی. مطالعات روان شناسی ورزشی، ۱۷: ۲۸-۵۵.
- فرانکن ر. ۱۳۸۴. انگیزش و هیجان. ترجمه شمس اسفندآبادی، محمودی، امامی پور. چاپ اول. تهران: انتشارات نشرنی. ۲۴۷ صفحه.
- قرلسفلو ح. ۱۳۹۸. الگوی تمایل به جابه جایی والیبالیستها براساس سبک حمایت رفتاری مربی، حمایت و تعهد باشگاهی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۱۸: ۵۶-۱۵۹.
- قنبرپور الف، سقر ع. ۱۳۹۶. مدل یابی اثرسبک های رهبری مربیان بر رضایت مندی ورزشکاران حاضر در لیگ برتر دوومیدانی ایران. پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت ورزشی، ۹: ۱۲۰-۱۰۷.
- کاشف م، سیدعمری م، مازبازی م. ۱۳۹۲. بررسی علل بی انگیزگی دانش آموزان دوره متوسطه برای مشارکت در فعالیتهای تربیت بدنی مدارس رشد آموزش تربیت بدنی دوره ۱۳ شماره ۳: ۳۸-۳۴.
- کریمی ی. ۱۳۹۰. روانشناسی شخصیت. چاپ شانزدهم. تهران: انتشارات ویرایش. ۳۱۱ صفحه.
- کریمی م، حیدری نژاد ص، شفیع نیا پ، نوروزی ع. ۱۳۹۴. بررسی ارتباط بین رفتار رهبری مربیان با انگیزش موفقیت و اجتناب از شکست در بازیکنان زن تیم های والیبال. مجله پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، ۱۲: ۱۲.
- کهن الف (۱۳۹۱). نه تنبیه، نه تشویق چگونه انگیزه های درونی را پرورش دهیم. ترجمه ک کرمی، تهران: انتشارات صابرین. ۳۵۰ صفحه.
- گرینیسکی الف. ۱۳۸۶. یادگیری مشارکتی در تربیت بدنی. ترجمه م واعظ موسوی، م مرشدی. چاپ دوم. تهران: انتشارات سمت. ۱۶۴ صفحه.
- گودرزی م. ۱۳۹۲. مدیریت رفتار سازمانی در ورزش. چاپ دوم. تهران: انتشارات دانشگاه تهران. ۴۹۴ صفحه.
- مارتنز ر. ۱۳۸۹. راهنمای مربیان روانشناسی ورزشی. چاپ اول. تهران: انتشارات بامداد کتاب. ۳۷۰ صفحه
- محمدی س، دولتی م. ۱۳۹۵. رابطه سبک رهبری و منابع قدرت مربیان با رضایتمندی بازیکنان والیبال. پژوهش های معاصر در مدیریت ورزشی، ۱۱: ۱۰-۱.
- مختاری پ. ۱۳۸۷. روانشناسی انگیزه در ورزش. چاپ اول. تهران: انتشارات کمیته ملی المپیک ایران. ۴۷ صفحه.
- مقدم الف، فولادیان ج، دلشاد س. ۱۳۹۱. مقایسه قابلیت های جسمانی ادراک شده و واقعی دانشجویان دختر فعال و غیرفعال. نشریه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، ۱۰: ۱۳۴-۱۳۳.
- میکائیلی ج، یعقوب بدری الف، جعفری س، اکبری ب. ۱۳۹۷. مقایسه دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه های آن و اثربخشی کلاس های تربیت بدنی. پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، ۱۰: ۸۳-۹۹.
- واعظ موسوی م. مسیبی ف. ۱۳۹۱. روانشناسی ورزشی. چاپ چهارم. تهران: انتشارات سمت. ۳۵۴ صفحه.
- واینبرگ ر، گولد د. ۱۳۹۲. مبانی روانشناسی ورزش و تمرین. ترجمه م واعظ موسوی، ع حجتی، ن رضا سلطان، م اسماعیلی، ر راهداریک. چاپ اول. تهران: انتشارات حتمی. ۳۴۱ صفحه.
- هاشمی مطلق ش، اصلانخانی م، صفا نیا ع. ۱۳۹۸. نقش میانجی حمایت اجتماعی و خودکارآمدی در رابطه بین محیط ادراک شده و مشارکت در فعالیت بدنی اوقات فراغت کارکنان. مطالعات مدیریت ورزشی، ۵۷: ۲۱۶-۱۹۷.

for Education
Clima emocional de clase:
naturaleza, medida, efectos e
implicaciones para la educación .

Alonso-Tapia J , Nieto C .2018. Classroom
Emotional Climate: Nature,
Measurement, Effects and Implications

- Kazakova J, Shastina E .2019. The impact of socio-cultural differences on formation of intrinsic motivation: The case of local and foreign students. *Learning and Motivation*, 65:1-9.
- Kuvaas B, Buch R, Weibel A, Dysvik A, G.L.Nerstad C .2017. Do intrinsic and extrinsic motivation relate differently to employee outcomes? *Journal of Economic Psychology*, 61: 244-258.
- Leyton-Román M, Carrera M, Cañamero A and Castuera R.2020. Motivational Variables to Predict Autotelic Experience and Enjoyment of Students. Analysis in Function of Environment and Sports Practice. *Sustainability*, 12(6), 2352.
- Lim B, Wang C . 2009 . Perceived autonomy support, Behavioral Regulation In Physical Education and Physical Activity in Teen. *Psychology of Sport and Exercise*, 10: 52-60 .
- Lopez M, Gallegos A, Extremera A, Abraldes A . 2014 . Goal orientation Effects on Elite Handball Players Motivation and Motivational climate . *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 135: 37-42.
- Mallett C, Kawabata M, Newcombe P, Otero-Forero A, Jackson J . 2007. Sport motivation Scale-6 (sms-6) : A revised six-Factor sport motivation Scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 8: 600-614
- Ntoumanis N . 2005 . A prospective Study of Participation In Optimal School Physical Education Using a Self determination theory Framework. *Journal of Education psychology*, 97:444-453 .
- Pritchard EM. 2020. Relationship between body-related self-conscious emotions and motivational sport experiences among adolescent females : examining moderation effects of physical self-perceptions. University of British Columbia,
- Smit K, Brabander C, Boekaerts M, L.Martens R .2017. The self-regulation of motivation: Motivational strategies as mediator between motivational beliefs and engagement for learning. *International Journal of Educational Research*, 82: 124-134.
- Travers L, Bohnert A, Randall E . 2013 . Brief report: Adolescent adjustment in affluent Communities: The role of motivational climate and goal orientation . *Journal of Adolescence*, 36(2): 423-428.
- Van de pol P, Kavussanun M, Ring Ch . 2012 . Coal Orientations, Perceived Motivational climate, and motivational Aut Comes in Football : A Comparison between training and Competition Contexts. *Psychology of sport and Exercise*, 13(4): 491-499.
- Revista de Psicodidáctica (English ed.), 24: 79-87.
- Bar tholomew K, Ntoumanis N & Thogersen – Ntoumanis C . 2009. A review of controlling motivational strategies from a self-Determination Theory Perspective: Implications For Sport Coaches. In *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2: 215-233.
- Bernstein E & et al. 2011 . Attitudes and Perceptions of Middle School Students Toward Competitive activities in Physical Education . *Journal of Teaching in Physical Education*, 30: 69-83 .
- Castillo I, Molina-García J, Estevan I, Queralt A and Alvarez O. 2020. Transformational Teaching in Physical Education and Students' Leisure-Time Physical Activity: The Mediating Role of Learning Climate, Passion and Self-Determined Motivation. *J. Environ. Res. Public Health*, 17(13), 4844.
- Conde-Pipó J, Melguizo-Ibáñez E, Mariscal-Arcas M, Zurita-Ortega F, Ubago-Jiménez JL, Ramírez-Granizo I, González-Valero G. 2021. Physical Self-Concept Changes in Adults and Older Adults: Influence of Emotional Intelligence, Intrinsic Motivation and Sports Habits. *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 18(4):1711.
- Dijke M, Leunissen J, Wildschut T, Sedikides C .2019. Nostalgia promotes intrinsic motivation and effort in the presence of low interactional justice . *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 150: 46-61.
- González L, Castillo I, Balaguer I.2019. Exploring the Role of Resilience and Basic Psychological Needs as Antecedents of Enjoyment and Boredom in Female Sports. *Análisis del papel de la resiliencia y de las necesidades psicológicas básicas como antecedentes de las experiencias de diversión y aburrimiento en el deporte femenino*. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 24:131-137.
- Gottfried A E .2018. Academic Intrinsic Motivation: Theory, Assessment, and Longitudinal Research. *Advances in Motivation Science*.
- Gutiérrez M, Tomás J .2018 . Motivational Class Climate, Motivation and Academic Success in University Students. *Clima motivacional en clase, motivación y éxito académico en estudiantes universitarios*. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 23: 94-101.
- Hollembeak J & Amorose A . 2005 . perceived Coaching behaviors and College athletes, intrinsic motivation: A test of self determination theory. *Journal of Applied sport psychology* 17: 20 – 36

The Comparison of two leadership styles sports on students' sports motivation

Abstract

The present study aimed to evaluate the effectiveness of two leadership styles sports on sports motivation among the students. The population included 2056 female students in Qom. The research method was quasi-experimental with pre-test and post-test design with two experimental groups and one control group. The first experimental group involved task-oriented motivational climate (participatory and voluntary activities) while the second experimental group experienced the self-oriented motivational climate (competitive and compulsory activities) and The control group kept up doing the usual physical education program in school. The sports motivation questionnaire Malta et al (2007) was used to collect the data. Kruskal-wallis and will coxon statistical tests were identified, sports motivation including: intrinsic motivation, Integrated regulation, External regulation and decreased amotivation was raised significantly on account of creating a motivational climate according to task-oriented method. but meaning growth statistically was not observed in the other two groups, Therefore participation in physical activities through creating a task-oriented motivational climate to plays an important role in responding to their motivational needs and persistence in sports experiences.

Keywords: leadershipstyles, sports motivation, Task-Oriented climate, Self-Oriented climate, Students.