

المناخ الدافعي وعلاقته بقلق المنافسة الرياضية ومستوى الأداء المهاري للاعبي الأثقال

١.د/ محسن علي ابو النور

استاذ متفرغ بقسم المنازلات والرياضيات الفردية - كلية علوم الرياضة - جامعة المنيا

م.م/ محمد هانى حسن كامل

مدرس مساعد بقسم المنازلات والرياضيات الفردية - كلية علوم الرياضة - جامعة المنيا

المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر الدافعية من أهم العناصر الأساسية التي تؤثر في سلوك اللاعب ، لذلك تعتبر الدافعية من الموضوعات الهامة في علم النفس ، فالإنسان يعيش حياته مدفوعاً نحو تحقيق أهدافه التي تبلور محور الحياة عنده، و من ثم يمكن تفسير السلوك الإنساني في ضوء دافعية اللاعب ، كما ان التفوق الرياضي هو حصيلة كلا من التعلم والدافعية وهذا يعني ان الدافعية بدون تعلم تؤدي لنشاط غير موجه بينما يؤدي التعلم بدون دافعية إلي التوقف عن ممارسة النشاط الرياضي حيث تعمل الدافعية علي تحريك قوي لاعبي رفع الأثقال نحو بذل الجهد والتدريب لتحسين مستواهم حتي الوصول تدريجيا لأعلي المستويات الرياضية و مساعدتهم في تخطي الموانع التي قد تواجههم في طريق التقدم بمستوايتهم. (٢:٢٣) (١١:٢٢٣)

ويتطلب التفوق للاعبي رفع الأثقال إكتساب اللاعب لمهارتي الكلين والنظر ومهارة الخطف ثم يأتي دور الدافع ليحث اللاعب علي بذل الجهد والطاقة اللازمين اولاً لتعلم تلك المهارات وثانياً للتدريب عليها بغرض الوصول باللاعب لأفضل مستوى ممكن لتحقيق أفضل الارقام في المنافسات.

ويقع علي المدرب الرياضي العبء في إيجاد المناخ الدافعي الإيجابي و البيئة النفسية الصحية للنشاط الرياضي الممارس نظراً لما يمتلكه من تأثير قوي علي اللاعبين لذا يستخدم المدرب أساليب من شأنها تدعيم دافعية اللاعب كتنظيم وحدة التدريب لتحسين معنويات الفريق و بناء الثقة بالنفس ، تخصيص فترات راحة من التدريب اليومي الشاق ، مثل هذه الإجراءات وغيرها تساعد علي تهيئة المناخ الدافعية . (٤٣١) : (٧٢)

- محمد العربي شمعون (١٩٩٩) : علم النفس الرياضي والقياس النفسي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ،

- محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة

ويعتبر كلاً من المناخ الدافعي بالتمكن والمناخ الخاص بالتنافس البُعدين الأساسيين للمناخ الدافعي ، حيث يشير البعد الأول إلي قيام المدرب بتوجيهه إدراك الرياضيين نحو انهم يتميزون عندما يعملون بجِد ويظهرون تحسناً ، ويبدلون الجهد والمثابرة لتحقيق أعلى مستوى ممكن ، وبالتالي يحققون مستوى عالي من جدا من الاستمتاع و الشعور بالرضا والثقة بالنفس ومستوي منخفض من التوتر والقلق ، أما البعد الثاني فيشير إلي البيئة التي يدرك الرياضيين من خلالها الاداء السيء والاطفاء في التدريب ويعاقبون عليها ، التمييز بين اللاعبين علي حسب المستوى ، وتشجيع المدرب علي المنافسة بين اللاعبين والاهتمام بالفضل فقط لذا يقل مستوى الاستمتاع ، ويرتفع مستوى القلق في الاداء بين الرياضيين المدركين لهذه البيئة و ينشغلون بالذاتية أو الأنانية في الاداء وأنهم لابد ان يؤدوا أفضل من اقرانهم لكي يشعروا بالنجاح . (٢٠:٣٥) (١٦ : ١٠)

يعتبر قلق المنافسة حالة انفاعلية للفترة التي يشترك فيها اللاعب في المنافسات الرياضية بالتوتر الجسمي و مشاعر ذاتيه بتوقع الحظر كنتيجة لاحداث المنافسة الرياضية .

وقد اثار العديد من الباحثين فقام تامر محمد محمد جاد (٢٠٢٠) (٢٤) لاتي مور (٢٠٠٠) (١٧) ، واجري كوينلان ، (٢٠١٠) (18) Quinlan وكذلك ماك دونالد (٢٠١٠) (١٨) Macdonald

واجري محمد حسني احمد (٢٠٠٩) (١٣) واجريت بسنت محمد حسن (٢٠٠٧) (٣) في رياضة المصارعة والجمباز والرمي في العاب القوى ، الفرب الرياضية المختلفة وتنس الطاولة ومنتخب الجامعة في الالعاب المختلفة بالترتيب ، ولم يطرق علي حد علم الباحثين المناخ الدافعي وعلاقته بقلق المنافسة الرياضية ومستوي الاداء المهاري للاعب رفع الأثقال.

و يرى الباحثين ان القلق يعد من الانفعالات الهامة التي كثيراً ما تؤثر علي مستوى اداء اللاعبين وبصفة خاصة اثناء المنافسات الرياضية حيث ترتبط عوامل ومصادر القلق بالبيئة او المناخ المحيط (باللاعبين -المدربين - الجهاز الاداري - اولياء الامور) نتيجة الإلحاح علي تحقيق الانجازات وبلوغ أهداف قد تفوق قدرات اللاعبين مما يشكل ضغط يؤدي الي بروز قلق المنافسة الرياضية .

وعلي الرغم من الاثار النفسية السلبية لحالة القلق التي قد يتعرض لها اللاعبين الا انه اذا حسن التحكم فيها و توجيهها كانت بمثابة القوة الدافعية الايجابية للاداء ويطلق عليها في هذه الحالة القلق الميسر ، اما اذا زادت شدتها فإنها في هذه الحالة يصبح القلق معسراً لهم في إعاقه اللاعب و تقليل ثقته بنفسه (٨ : ٢٨١)

ينبغي علي المدرب الرياضي ان يكون خير معين ومساعد للاعبين فيعمل علي ازالة القلق والتوتر والاستثارة العالية من نفوس اللاعبين من خلال توفير مناخ يعمل علي زيادة الدافعية لديهم ، فلا يلجأ اليالنقد او التهكم او التجريح او عدم الاعتراف بالجهد المبذول من جانب اللاعب والتأكيد علي ضرورة تحقيق الفوز حتي لا يكون سبباً في خلق مناخ غير صحي بين اللاعبين يتسم بالانتفاعلات الزائدة والخوف من الفشل وعدم الثقة بالنفس انما عليه ان يسعى جاهدا في الاعتراف بالجهد الفردي للاعبين والعدل والمساواه في المعاملة بين اللاعبين والسماح للاعبين باتخاذ بعض القرارات بصورة مستقلة فكل هذه العوامل تعمل علي تقوية ثقة اللاعب بنفسه وتساعده علي تقوية الصلات الشخصية بينه وبين اللاعبين كما تعمل علي ترقية المسؤولية تجاه الفريق فكلما كان اللاعب مطمئناً وشاعراً بالأمان والرضا كلما كان اكثر ميلاً لتحقيق التفوق الرياضي (٩ : ٧٤-٧٥)

ويري الباحثين ان سر تفوق لاعب رفع الاثقال في مهارة الكلين والنظر والخطف لايعتمد فقط علي الاستفاده من قدراتهم البدنية وانما النفسية والعقلية فالاداء الرياضي الناجح هو نتاج للقوة البدنية والنفسية ، ان التعرف علي طبيعة العلاقة بين المناخ الدافعي وحالة قلق المنافسة الرياضية ومستوي الاداء المهاري للاعبي رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة يساعد المدرب علي تهيئة المناخ الانسب لزيادة ثقة لاعبي رفع الاثقال بأنفسهم وتقليل حدة القلق لديهم سواء معرفي او بدني مما يسهم في الارتقاء بمستوي ادائهم وتحقيق الانجازات الرياضية المنشودة .

- هدف البحث :

التعرف علي العلاقة بين المناخ الدافعي وحالة قلق المنافسة الرياضية ومستوي الاداء المهاري لممارتي الكلين والنظر والخطف لدي لاعبي رفع الاثقال .

- فروض البحث :

١. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الدافعي (مناخ التمكن - مناخ التنافس) وحالة قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي - القلق البدني - الثقة بالنفس) لدى لاعبي رفع الاثقال .
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الدافعي (مناخ التمكن -مناخ التنفس) ومستوي الاداء المهاري لدى لاعبي الاثقال
٣. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا (القلق المعرفي - القلق البدني - الثقة بالنفس) ومستوي الاداء المهاري لدى لاعبي رفع الاثقال
٤. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الدافعي (مناخ التمكن - مناخ التنافس) وحالة قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي - القلق البدني - الثقة بالنفس) ومستوي الاداء المهاري لاعب الاثقال لدي.

- مصطلحات البحث :

١- المناخ الدافعي :

البيئة الدافعة التي يوضع فيها الفرد والمتصلة بالعوامل التي تتعلق بالتمكن والتنافس اللذان يؤثران علي توجيه الهدف (١٥:٤٨)

٢-مناخ التمكن :

البيئة التي من خلالها الرياضي تعزيز ايجابي من المدرب عندما يعمل بجد وتعاون ويظهر تحسن (١٥:٤٧)

٣-قلق المنافسة الرياضية :

ميل اللاعب الي ادراك مواقف المنافسة الرياضية علي انها مهددة له ، والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر توقع الخطر والتوتر بحيث يمكن للاعب التنبؤ بان اللاعب الذي يتميز بدرجات مرتفعة من سمة قلق المنافسة الرياضية سوف يدرك مواقف المنافسة الرياضية علي مهددة له وبالتالي يشعر بدرجات او مستويات عالية من القلق في المواقف المقارنة باللاعاب الذي يتميز بدرجة منخفضة من سمة قلق المنافسة الرياضية (١٠ : ٣٨٥) .

- إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي باتباع الأسلوب المسحي وذلك لمناسبة لطبيعة هذه الدراسة.

عينة البحث :

عينة البحث الأساسية :

قام الباحثان باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من لاعبي رفع الاثقال المسجلين بالاتحاد المصري لرفع الاثقال تحت سن ٢٠ سنة وبلغ قوامى (٢٠) لاعب .

عينة البحث الاستطلاعية :

قام الباحثان باختيار عينة البحث الاستطلاعية (عينة التقنين) بالطريقة العمدية من لاعبي رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة قوامها (١٢) لاعب .

- أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدام الباحثان الأدوات التالية :

- مقياس المناخ الواقعي اعداد / حسن حسن عبده
- قائمة قلق المنافسة الرياضية اعداد / محمد حسن علاوى
- مستوى الأداء المهارى لمهارتى الكلين والنظر والخطف للاعبى رفع الاثقال .

أولاً: مقياس الدافعى : (مرفق ١)

قام بتصميم هذا المقياس كلا من سفريز ودودا وشى (SEIFRZOC DUdad chi) (١٩٩٢) ٢١ وقام حسن حسن عبده (٢٠٠٤) (٥) بنقلة الى العربية عبارة عن (٣٢) عبارة إيجابية موزعة على بعدين أساسيين (مناخ التمكين - مناخ التنافس) .

المعاملات العلمية لمقياس المناخ الدافعى :

قام الباحثان بحساب صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلى وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذى تنمى اليه وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس لعينة البحث الاستطلاعية (عينة التقنين) وعددهم (١٢) من لاعبي رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة من نفس مجتمع البحث ومن عينة البحث الأساسية وكانت النتائج كما هو موضح بجدول (١) وجدول

(٢)

جدول (١)

معاملات الارتباط بين الدرجات عبارات أبعاد مقياس المناخ الدافعي ودرجة البعد

الذي تنمى الية العبارة $n=1$

الابعاد	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"
البعد الأول	١	٥٩١.٠*	٥	٠.٥٨٤*	٩	٠.٦٥٠*	١٣	٠.٦١٢*
مناخ التمكن	٢	٠.٥٧٣*	٦	٠.٧١٢*	١٠	٧٢٧.٠*	١٤	٠.٦٢٠*
	٣	٠.٥٩٩*	٧	٠.٦١١*	١١	٠.٦٣٣*	١٥	٠.٦١٨*
	٤	٦٤٣.٠*	٨	٠.٦٤٧*	١٢	٠.٧٣٩*	١٦	٠.٥٧٩*
البعد الثاني	١	٦٢٥.٠*	٥	٦٤٥.٠*	٩	٠.٥٩١*	١٣	٠.٦٥٥*
مناخ التنافس	٢	٦٣٧.٠*	٦	٠.٦١٨*	١٠	٠.٦٥٢*	١٤	٠.٦٢٣*
	٣	٠.٧٣٦*	٧	٦٧١.٠*	١١	٦١٥.٠*	١٥	٠.٦٢٣*
	٤	٥٨٣.٠*	٨	٠.٧١٤*	١٢	٠.٥٨٦*	١٦	٠.٦٦٠*

دال عند مستوى (٠.٠٥) قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنمى الية ، مما يشير توافر صدق الاتساق الداخلي لجميع عبارات مقياس المناخ الدافعي المدرك .

جدول (٢)

معامل الارتباط بين أبعاد مقياس المناخ الدافعي والدرجة الكلية للمقياس

 $n=12$

م	أبعاد مقياس المناخ الدافعي المدرك	معامل الارتباط
١	مناخ التمكن	٠.٧٣٥*
٢	مناخ التنافس	٠.٧٨٨*

دال عند مستوى (٠.٠٥) قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٥٧٦

ويتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس المناخ الدافعي والدرجة الكلية للمقياس ما يشير الى صدق المقياس فيما وضع لاجله

حساب الثبات :

تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق الاختبار ، حيث قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (للاعب رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بقارق زمنى قدرة (١٥) يوم من التطبيق الأول وفى نفس الوقت الظروف تقريبا وكانت النتائج كما هي موضحة بجدول (٣) .

جدول (٣)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين درجة التطبيق الأول ودرجات

التطبيق الثانى لابعاد مقياس المناخ الواقعى

المناخ الدافعى	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط "ر"
		س	ع+-	س	ع+-	
مناخ التمكن	درجة	٦٤.٥٠	٣.٢٧٣	٦٤.٦٠	٩٨٦.٢	٠.٧٣٥*
مناخ التنافس	درجة	٥٥.٠٤	٢.٨٣٥	٥٥.٢٥	٢.٧١٩	٠.٧٨٤*
المقياس ككل	درجة	١١٩.٥٤	٣.١٢٦	١١٩.٨٥	٣.٠٧٤	٠.٧٨١*

دال عند مستوى (٠.٠٥) قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول رقم (٤) أن معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى لاختبار مقياس المناخ الدافعى ترواحت (٠.٧٣٥ : ٠.٧٨٤) ، مما يشير الى انة اختبار ذات معاملات ثبات عالية .

ثانيا : قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية : مرفق (٢)

صمم " مارتنز وآخرون قائمة حالة القلق المنافسة الرياضية وقام محمد حسن علاوى (١٩٩٨) بأعداد قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية وقام محمد حسن علاوى (١٩٩٨) بأعداد الصورة العربية لهذه القائمة وتتضمن القائمة ثلاثة الابعاد مرتبطة بقلق المنافسة (القلق المعرفى - القلق البدنى - الثقة بالنفس) ويتضمن كل بعد عدد (٩) عبارات باجمالى عدد (٢٧) عبارته يطلب من المفحوص وصف شعوره قبل المنافسة بمدة معينة (قبل المنافسة بأسبوع او بعدة أيام او بعدة ساعات) على مقياس مدرج من أربعة تدريجات (دايما تقريبا - غالبا- أحيانا - ابدا تقريبا) . (٩ : ٤٢٢-٤٢٥).

ثانيا : قائمة خلق المنافسة الرياضية (مرفق ٢) :

صمم مارتنز وآخرون قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية وقام محمد حسن علاوى (١٩٩٨) باعداد الصورة العربية وتتضمن القائمة ثلاث ابعاد مرتبطة بقلق المنافسة وهى كما يلى :

القلق المعرفى : ويقصد به التوقع السلبي لمستوى اللاعب وافتقاره التركيز وتصور الفشل في المنافسة الرياضية ويتضمن هذا البعد (٩) عبارات .

القلق البدنى : هو ادراك الاستثارة الفسيولوجية ويتضمن اعراض التوتر ومتاعب المعدة وغيرها من استجابات الجهاز العصبى ويتضمن هذا البعد (٩) عبارات .

الثقة بالنفس : وهو البعد الإيجابي في مواجهة القلق هذا البعد (٩) عبارات وتتضمن القائمة خلق المنافسة الرياضية (٢٧) عبارة وفيها يطلب من المفحوصين وصف شعوره قبل المنافسة بمدة معينة قبل المنافسة بأسبوع .

حساب الصدق :

قام الباحثان بحساب صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلى وذلك معاملات الارتباط بين كل عبارته ودرجة البعد الذى تنمى اليه وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس لعينة البحث الاستطلاعية عينة التقنيين وعددهم (١٢) لاعب رفع أثقال تحت ٢٠ سنة من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وكانت النتائج كماهى موضحة بجدول (٤)

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجات عبارات أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية
و درجة البعد لذي تنتمي إليه العبارة

ن = ١٢

الأبعاد	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"	رقم العبارة	معامل الارتباط "ر"	معامل الارتباط "ر"
البعد الأول القلق المعرفي	١	*٥٩١.٠	٤	*٠.٦٤٧	٧
	٢	*٠.٥٨٣	٥	*٠.٧٣٢	٨
	٣	*٠.٦١٥	٦	*٠.٦١٠	٩
البعد الثاني القلق البدني	١	*٠.٧٢٢	٤	*٠.٧١٢	٧
	٢	*٠.٥٩٩	٥	*٠.٧٤١	٨
	٣	*٠.٦٠٣	٦	*٠.٦١٨	٩
البعد الثالث الثقة بالنفس	١	*٦٢٥.٠	٤		٧
	٢	*٠.٧٣٦	٥	*٦٧١.٠	٨
	٣	*٥٨٣.٠	٦	*٠.٥٩١	٩

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية و الدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٢

أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية	معامل الارتباط
القلق المعرفي	٠.٨١٣
القلق البدني	٠.٧٦٥
الثقة بالنفس	٠.٧٩٤

* دال عند مستوي (٠.٠٥) قيمة "ر" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (٠,٥) بين درجة كل بعد من ابعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية والدرجة الكلية للمقياس مما يشير الى صدق المقياس فيما وضع لاجله .

حساب الثبات :

تم حساب الثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق الاختبار حيث قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث الاستطلاعية (لاعبي رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة) ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بقارق زمنى قدرة (٢١٥ يوم) من التطبيق الأول وفى نفس الظروف و تم حساب معاملات الارتباط بين درجات اللاعبين في التطبيقين الأول والثانى وكانت النتائج كما هي موضحة في جدول (٦)

جدول (٦)

المتوسط الحسابي

معامل الارتباط "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	قلق المنافسة الرياضية
	ع	س	ع	س		
*٠.٨١٠	٢.٢٨٢	٢٧.٧٠	٢.٣٤٢	٢٧.٨٠	درجة	القلق المعرفي
*٠.٨٢٥	٢.١٤٥	٢٨.٧٥	٢.١٦٤	٢٨.٦٥	درجة	القلق البدني
*٠.٧٦٩	٢.١٢٦	٣٠.٨٠	٢.١٣٠	٣٠.٧٥	درجة	الثقة بالنفس
*٠.٧٣٨	٢.١٨٤	٩٠.٢٥	٢.٢١٢	٨٧.٢٠	درجة	المقياس ككل

ثالثا : مستوى الأداء المهارى في رفع الاثقال : (مرفق ٣)

تم تقييم مستوى الأداء المهارى بواسطة لجنة مكونة من (٣) أساتذه بالكلية من قسم المنازلات والرياضيات الفردية ويتضمن التقييم الفردى لكل لاعب من مهارتى الكلين والنظر والخطف .

حساب الصدق :

تم حساب صدق المستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال قيد البحث باستخدام صدق التمايز بين مجموعتين احدهما مميزة من لاعبي رفع الاثقال تحت ٢٠ سنة وعددهم (٢) لاعب ومجموعة غير مميزة من لاعبي رفع الاثقال تحت ١٧ سنه وعددهم (١٢) لاعب وكانت النتائج كما هي موضحة في جدول رقم (٧)

جدول (٧)

دلالة الفروق

احتمالية الخطأ	Z	W	U	متوسط الرتب	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		وحدة القياس	وحدة المتغيرات	
							ع	م			
٠.٠٦	١.٨٩	١١.٥	١.٥	٦.١٢٥ ٢.٨٧٥	١١.٠٩	٧٦.٢٥	١١.٠٩	٩٦.٢٥	كجم	الكليين والنظر	مستوي الأداء
٠.٠٢	٢.٣٢	١٠	٠	٦.٥ ٢.٥	٤.٠٨	٦٥.٠٠	٦.٤٥	٨٢.٥٠	كجم	الخطف	المهارى

يتضح من جدول (٧) ان المستوى الرقمى للاعبى رفع الاثقال لمهارتى الخطف والكليين والنظر في اتجاه الطلبة المميزون بدنيا ورقميا حيث ان قيم احتمالية الخطأ اصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير الى صدق الاختبارات وقدرتها على تمييز بين المجموعات .

حساب الثبات :

قام الباحثان باستخدام إعادة الاختيار لحساب معامل الثبات وذلك عن طريق اختيار مستوى الأداء المهارى للاعب رفع الاثقال على عينة البحث الاستطلاعية (لاعبي رفع رفع الاثقال تحت سن ٢٠ سنة) ثم إعادة الاختيار مرة أخرى على نفس العينة وبفاصل زمنى قدرة (٤) أيام من التطبيق الأول وفى نفس الظروف تم حساب معامل الارتباط بين النتائج التطبيقين الأول والثانى وكانت النتائج كما هي موضحة من جدول رقم (٨)

جدول ٨

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى للمستوى الرقمى لرفعتي الخطف والكليين والنظر

معامل الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	م	ع	م			
٠,٩٧٤	١٠,٨٠	٩٥,٠٠	١١,٠٩	٩٦,٢٥	كجم	رفعة الكليين والنظر	مستوى الأداء المهارى
٠,٩٢٣	٦,٢٩	٨١,٢٥	٦,٤٥	٨٢,٥٠	كجم	رفعة الخطف	

متجه (ر) الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٥٧٦

يتضح من جدول (٨) ان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في مستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال تحت سن ٢٠ سنة تتراوح ما بين ٠,٩٧٤ الى ٠,٩٢٣ مما يشير الى انها اختبارات ذات معاملات ثابتة عالية .

عرض ومناقشة النتائج :

أولا : عرض النتائج

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس المناخ الدافعى وابعاد مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية لا عبى رفع الاثقال

المناخ الدافعى المدرك	قلق المنافسة الرياضية		الثقة بالنفس
	القلق المعرفى	القلق البدنى	
مناخ التمكن	٠,٦٢٥ - *	٠,٥١٤ - *	٠,٥٣٧ *
مناخ التنافس	٠,٤٨٦ *	٠,٤٥٩ *	٠,٦١٢ - *

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٤٤٤ * دال عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة دالة احصائيا بين مناخ التمكن وبعد القلق المعرفى البدنى في حين توجد علاقة طردية موجبة بين مناخ التمكن والثقة بالنفس ووجود علاقة ارتباط عكسية سالبة دالة احصائيا بين مناخ التنافس والثقة بالنفس ووجود علاقة طردية موجبة بين مناخ التنافس والقلق المعرفى والقلق البدنى .

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين مقياس المناخ الدافعى ومستوى الأداء المهارى لاعبي رفع الاثقال

ن = ٢٠

المناخ الدافعى	مستوى الأداء المهارى	
	رفعة الكلين والنظر	رفعة الخطف
مناخ التمكن	٠,٦١٢	٠,٥٦٤
مناخ التناف	٠,٧١٩	٠,٦٩٧

قيمه (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المناخ الدافعى ومستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال .

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين حالة القلق المنافسة ومستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال

قلق المنافسة الرياضية	مستوى الأداء المهارى	
رفع الكلين والنظر	رفع الخطف	
٠,٥٢٧-	٠,٥١١-	القلق المعرفى
٠,٤٤٨-	٠,٤٧٠-	القلق البدنى
٠,٥١٢-	٠,٤٩٠	الثقة بالنفس

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة دالة احصائيا بين القلق المعرفى والبدنى ومستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال بينما توجد علاقة طردية موجبة بين المستوى المهارى والثقة بالنفس لدى لاعبى رفع الاثقال .

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين المناخ الدافعى وحالة قلق المنافسة الرياضية ومستوى الأداء المهارى

للاعبى رفع الاثقال

المتغيرات	المناخ الدافعى	قلق المنافسة الرياضية	مستوى الأداء المهارى	رفع الخطف
المناخ الدافعى		٠,٦٨٤-	٠,٥٦٨	٠,٥٨١
			٠,٦٨٤-	٠,٥٣٣-

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المناخ الدافعى ومستوى الأداء المهارى للاعب رفع الاثقال بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين قلق المنافسة ومستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الاثقال .

ثانيا : مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (٩) وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة دالة احصائيا بين مناخ التمكن والقلق المعرفى والقلق البدنى في حين توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة دالة احصائيا بين مناخ التنافس والقلق المعرفى والقلق البدنى لدى للاعبى الانتقال .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من محمد حسن مصطفى (٢٠٠٦) (١٢)، بسنت محمد حسن (٢٠٠٧) (١٣) ، محمد حسنى أحمد (٢٠٠٩) (١٣) ، كونيلا (٢٠١٠) (٢٠) حيث اشارت أهم النتائج الى وجود علاقة ارتباط بين مناخ التمكن وتوجه المهमे بينما يرتبط مناخ التنافس بتوجيه الانا .

كما تتفق مع ما أشار اليه أمس (١٩٩٢) (١٤) ما سميت وآخرون ان الأساس من مناخ التنافس هو ان اللاعب لاتجه الى تحسين رفع مستواه الفني او التركيز على قدرة الذات وفهم قيمتها وان القدرة تظهر عن طريق ان يكون أدائه افضل من غيره في الفريق والنجاح بأقل جهد حيث يكون معيار التفوق راجع الى مقارنة بالآخرين وان المناخ الدافعى الذى بهيئة المدرب يؤثر على مستويات القلق حيث أن الرياضي الذى يلعب ببرنامج تدريبي مصحوب بواسطة مناخ التمكن يقل لديهم القلق خلال الموسم الرياضي اكثر من الرياضيين الذين يدركون انهم موجهين نحو التنافس (٢٩٦:١٤)(٣٩:٢٢) .

ويرى الباحثان أن السبب في ذلك يرجع الى الدور الاساسى الذى يقوم به المدرب في تربيته المناخ الدافعى للاعبى رفع الانتقال وتوجيههم لمناخ التمكن بما يشمله من ابعاد مثل (المكافآت المالية _ تحسين مهارات اللاعبين يحققين افضل الأرقام _ شعور المدرب بالسعادة مادام لاعبى رفع الانتقال يحاولون بذل الجهد لتحقيق الفوز في المنافسات) كل هذا يؤدى الى انخفاض مستوى القلق المعرفى والبدنى لدى لاعبى رفع الانتقال .

وعلى العكس من ذلك يؤدى ادراك لاعب رفع الانتقال الموجة لمناخ التنافس بكل ما يشمله من أبعاد مثل الاستهزاء والسخرية من أداء لاعب رفع الانتقال - معاقبة اللاعبين عند ارتكاب الأخطاء

- إعطاء الاهتمام باللاعبين (النجوم) الى ارتفاع القلق المعرفى والبدنى والتوتر والضغط العصبى لمحاولتهم بكل الطرق الوصول الى الانفراد والكفاءة داخل الطريق .

ويتفق ذلك مع ماذكرة أسامة كامل راتب (٢٠٠٧) ١ ، محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) (١١) أنه على المدرب ان يكون مؤمنا بأن استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز يترتب عليه كثير من الضغوط التنفسية والقلق للوصول الى انجاز الذى يريده لذا يجب ان يكون حساسا لمظاهر القلق بين اللاعبين فيحب عليه عندما يلاحظ أن هناك لاعبا او أكثر يتميز بالقلق الزائد أو الخوف الشديد أن يحاول أن يتعرف على مصدر هذا القلق او ذلك الخوف وقد يتطلب ذلك المناقشة الخاصة بين المدرب واللاعب وأن يجمع المدرب معلومات كافية عن شخصية اللاعب سواء اللاعب نفسه أو من والديه والمسؤولين عن رعايته وعلى المدرب الواعى ان يعقد بعض جلسات التوعية النفسية للاعبين يوضح خلالها الفهم الصحيح لبعض مظاهر القلق (١٤٢: ١٤٣-١١) (١٤٢-١١) .

كما يتضح من جدول (٩) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين مناخ التمكن والثقة بالنفس بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مناخ التنافس والثقة بالنفس لدى لاعبي رفع الاثقال .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من بسنت محمد حسن (٢٠٠٧) (٣) ، محمد حسنى أحمد (٢٠٠٩) (١٣) ، كونيلان (٢٠١٠) (٢٠) في أن مناخ التمكن يرتبط إيجابيا مع الثقة بالنفس ووجود معاملات ارتباط سالبة بين الثقة الرياضية ومناخ التنافس .

كما تتفق ما أشار الية سغريز وآخرون (٢٠٠) (٢١) الى ان الرياضيين الذى يدركون مناخ التمكن انخفض لديهم مستوى الشعور بالقلق وزادت مستويات الاستماع وكانوا أكثر شعورا بالرضا ومالوا الى تصديق أن الجهد يؤدي الى النجاح والثقة بالنفس ويسعون الى بذل الجهد وتحسن مستوى الأداء الشخص (٢١: ٣٧٥) وبذلك يتحقق الفرض الأول الذى ينص على توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الدافعى (مناخ التمكن _ مناخ التنافس) وحالة قلق المنافسة الرياضية والقلق المعرفى _ القلق البدنى _ الثقة بالنفس) لدى لاعبي رفع الاثقال .

يتضح من جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطية ايجابية طردية دالة احصائيا بين المناخ الدافعي (التمكن _ التنافس) ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي رفع الاثقال ويتفق ذلك ما أظهرته نتائج دراسة لاتييمور (٢٠٠٠) (١٧) بسنت محمد حسن (٢٠٠٧) (٣)، محمد حسنى أحمد (٢٠٠٩) (١٣)، كونيلا (٢٠١٠) (٢٠) ان توجيه الهدف وادراك المناخ الدافعي يلعب دورا هاما في زيادة الدافع وتطوير مستوى الأداء الرياضى، وأن ادراك اللاعبين لمناخ التمكن بين التركيز الأقوى على المجهود ويشير الى أن الاعتقاد في استعمال المجهود والمحاولة الجادة للتحسن الشخص أكثر تقبلا لدى اللاعبين الذين يدركون الاتجاه الادائى (مناخ التنافس) يزيد من جدهم وامتلاكهم القدرة العالية التي تسبب النجاح لكنهم يعيشون بخيرة أقل استمتعا ويشعرون بالقلق أكثر ويظهرون مثابرة أقل مقارنة بالافرين الذين يدركون مناخ التمكن.

ويعزو الباحثان تلك النتيجة الى أنه عندما بدّل لاعبي رفع الاثقال المناخ الدافعي يشعرون بالرغبة في العمل على اكتشاف في نقاط الضعف لديهم والعمل على تحسينها ويؤكد بابايوانو وجوراس (٢٠٠٩) (١٩) حيث أن المناخ الدافعي يتكون نت تلك العوامل التي تؤثر على التوجه النفسى للاعبين نحو المهام التي يؤدونها أثناء ممارسة النشاط الرياضى ومهما كانت الطريقة التي يشكل بها المدرب بيئة التدريب والمنافسة، فان طريقة ادراك اللاعبين لها هي التي تحدد ردود أفعالهم لذا يجب على المدربين أن يضعوا في الاعتبار المناخ الدافعي النشاط الرياضى الممارس (١٩:٢٢٥) وبذلك يتحقق الفرض الثانى والذي ينص على توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الدافعي (مناخ التمكن _ مناخ التنافس) ومستوى الأداء المهارى لدى اللاعبين رفع الاثقال ويتضح من جدول (١١) وجود علاقة ارتباط عكسية سالبة بين القلق المعرفى والقلق البدنى ومستوى الأداء المهارى بينما توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة بين الثقة بالنفس ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي رفع الاثقال.

ويتفق ذلك مع ماشار الية أسامة كامل راتب (٢٠٠٧) (١) أن معظم الرياضيين يشعرون بدرجات مختلفة من القلق والخوف والغضب وتؤثر هذه الانفعالات على درجة أدائهم ويستطيع البعض منهم التحكم فيها والسيطرة عليها والبعض الآخر يحقق في تحقيق ذلك ومن بتأثر الأداء سلبيا وبالأخص أمتاد المنافسة (١:١٨٩).

كما انها تعتبر مدخلى عقلى ايجابى فالرياضى الواثق يعتمد في نفسه وفى قدراته على اكتساب المهارات الضرورية والمكونات البدنية والعقلية ليصل الى قواة الفعالة بينما الرياضى الأقل ثقة فيكون لديه شك فيما لديه من قدرات في ان يستطيع تحقيق النجاح في الرياضية (١:٢٧٩) .

بذلك يتحقق الفرض الثالث والذي ينص توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا (القلق المعرفى _ القلق البدنى _ الثقة بالنفس) ومستوى الأداء المهارى لدى لاعب رفع الاثقال يتضح من نتائج جدول (١٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المناخ الدافعى ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبى رفع الاثقال بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين قلق المنافسة ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبى رفع الاثقال .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من لاتي مور (٢٠٠٠) (١٧) ، محمد حسن مصطفى (٢٠٠٧) (١٢) ، ماكدونالد (٢٠١٠) (١٨) التي تشير الى ان المناخ الدافعى يرتبط بخلق البيئة المنافسة لتشجيع المشاركين في الرياضية على زيادة الثقة وبذلك يتحقق الفرض الرابع والذي ينص على توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المناخ الواقعى (مناخ التمكن _ مناخ التنافس) وحالة قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفى _ القلق البدنى _ الثقة بالنفس) ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبى رفع الاثقال .

الاستخلاصات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يستخلص الباحثان مايلي :

- ١ - توجد علاقة ارتباطية سالبة بين بعد مناخ التمكن وبعدي القلق المعرفي والقلق البدني .
- ٢ - توجد علاقة ارتباطية موجبة بين بعد مناخ التمكن وبعدي الثقة بالنفس .
- ٣ - توجد علاقة ارتباطية سالبة بين بعد مناخ التنافس وبعدي الثقة بالنفس .
- ٤ - توجد علاقة ارتباطية موجبة بين بعد مناخ التنافس وبعدي القلق المعرفي ، والقلق البدني .
- ٥ - توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى الأداء المهارى للاعبى الانتقال .
- ٦ - توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى الأداء المهارى للاعبى رفع الانتقال وبعدي القلق المعرفي والقلق البدني .
- ٧ - توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الأداء المهارى للاعبى رفع الانتقال وبعدي ثقته بالنفس .

التوصيات :

وبناء على ماسبق يوصى الباحثان بالاتي :

- ١ - اجراء دراسات متشابهة للتعرف على علاقة المناخ الدافعي ببعض المغيرات النفسية الأخرى التي قد تفيد لاعب رفع الانتقال الى افضل المستويات .
- ٢ - تشجيع لاعبي رفع الانتقال وحثهم على بذل الجهد وتطوير الأداء واعتبار المنافسة الاختبار الحقيقي لتقييم عملتى التدريب والاعداد بصرف النظر عن النتيجة مما يساعد على تعزيز قيمة بذل الجهد .
- ٣ - الاستعانة بالاختبارات النفسية المقننة للتعرف على القدرات العقلية وقيم الجانب النفسى للرياضيين بصفة عامة وللاعب رفع الانتقال بصفه خاصة والاستفادة من نتائجها من عمليات التوجيه الارشاد النفسى .

المراجع

- ١ - أسامة كامل راتب (٢٠٠٧) : علم نفس الرياضة ، المفاهيم - التطبيقات ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢ - أيمن مصطفى صديق عمر (٢٠٠٣) : رضا الرياضى وعلاقتة بتوجيه الهدف والدافعية الداخلية للإنجاز لدى لاعبي منتخبات جامعة المنيا ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٣ - بسنت محمد حسن (٢٠٠٧) المناخ الدافعى وتماسك الفريق الطريقة الدافعية الداخلية للإنجاز لدى لاعبي ولاعبات منتخبات جامعة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشور ، كلية علوم الرياضة ، جامعة المنيا .
- ٤ - تامر محمد محمد جاد (٢٠٢٠) : المناخ الدافعى المدرك وعلاقتة بقلق المنافسة الرياضية ومستوى الأداء المهارى للاعبى المصارعة تحت ١٧ سنة ، بحث ترقى ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية علوم الرياضة للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٥ - حسن حسن عبده (٢٠٠٤) : مقياس المناخ الدافعى ، دارحواء ، المنيا .
- ٦ - عبدالعزيز عبدالمجيد (٢٠١٥) : سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضى ، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٧ - محمد العربى شمعون (١٩٩٩) : علم النفس الرياضى والقياس النفسى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٨ - محمد حسن علاوى (١٩٩٨) : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٩ - محمد حسن علاوى (١٩٩٨) : سيكولوجية الجماعات الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٠ - محمد حسن علاوى (١٩٩٨) : مدخل في علم النفس الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١١- محمد حسن علاوى (٢٠٠٢): علم نفس تدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة

١٢- محمد حسن مصطفى (٢٠٠٧) : العلاقة بين المناخ الدافعى المدرك وتوجه الهدف والمتعتقدات

الخاصة بأسباب النجاح لدى لاعبي بعض الرياضات الفردية والجماعية بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنيا .

١٣- محمد حسنى أحمد (٢٠٠٩) : المناخ الدافعى وعلاقته بالثقة الرياضية لدى لاعبي تنس طاولة

، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية علوم الرياضية ، جامعة الإسكندرية .

14-Ames c.,(1992):classrooms:goals<structures,and student motivation,journal of educational psychology, 84,261.

15 -Cox.r.h.,(2012): sport psychology concepts and applications. (5th ed .) boston ,wcbllmc graw -hill .

16-Dowdell t.j.,(2007) : measuring sports class learning climates the development of the sport class environment scal, ph . thesis, criffth university.

17-Lattimore d.l., (2000) : the role of enjoy ment motivate -onal climate and cach training in prompting the positive development of young athlethes, ph.d.these queen-s university , king ston Ontario Canada.

18- Macdonald dj., (2010) : the role of enjoy ment motivate -onal climate and cach traing in promptingthe positive development of young athletes, ph.d thesis queen university , Kingston ontaria Canada.

- 19-papaioannoua.,gaudas m.,(2009) : motivional climate in physical education in vanden auweele ,f.bakker,s.biddel,m.durand, r.seiler (eds): <<textbook:psychology for physical educators>>. Urban ,ll:human kinetics.
- 20- quinlan m., (2010): perceived motivation climate, need satisfaction, motivational regulation and psychological well-being in elit hurlers , master sthesis, university of Jyvaskyla .
- 21-seifrizj.j.,duda j.l., chil., (2002) : the relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and belifs about success in basketball, journal of sport &exercise psychology,14,375-391.
- 22- smith r.e., smoll f.l., cumming s.p., (2007): effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes , sport performan antitety, journal of sport & exercise psychology, 29,39-59.

