



مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة

<https://mjss.uomustansiriyah.edu.iq/index.php/mjss/index>



تأثير برنامج إرشادي لتنمية دافعية الانجاز للاعبين الاركاض المتوسطة للشباب

حسن خالد حمدان¹، علي نوري علي²
محافظه بغداد، الجامعة المستنصرية

alinoori80@uomustansiriyah.edu.iq ، hasanalmilany85@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2024/7/3

تاريخ القبول: 2024/8/15

تاريخ النشر: 2024/10/1

Creative Commons Attribution 4.0 International License



هذا العمل مرخص من قبل

ملخص:

يهدف البحث إلى اعداد برنامج إرشادي لتنمية دافعية الانجاز للاعبين الاركاض المتوسطة للشباب و التعرف على تأثير البرنامج الإرشادي لتنمية دافعية الانجاز لدى لاعبي الاركاض المتوسطة للشباب اما فروض البحث فكانت لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في دافعية الإنجاز وقد اعتمد الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين الضابطة والتجريبية، كونه اقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية.

وقد تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية شملت جميع لاعبي اندية الدرجة الاولى (شباب) لفعاليات ركض المسافات المتوسطة ، إذ بلغ عدد مجتمع البحث الأصلي (59) لاعبا، وبلغت عينة البحث عشرة لاعبين قسمت عشوائيا وبطريقة القرعة إلى مجموعة تجريبية وعددها (5) لاعبين وأخرى ضابطة وعددها (5) لاعبين تم اختيارها بصورة عشوائية عن طريق القرعة وتعد العينة متجانسة لان أفرادها لاعبي اندية الدرجة الاولى لفئة الشباب، وضمن الأعمار من (16-18) سنة .

وقد تم استخدام مقياس (دافعية الانجاز) الذي قام بتصميمه (جوليس) (willis , 1982) والذي يكون من (20) فقرة وبعدين هما (بعد دافع انجاز النجاح) ويضم الفقرات الآتية (2 ، 4 ، 6 ، 8 ، 10 ، 12 ، 14 ، 16 ، 18 ، 20) وكلها فقرات ايجابية في اتجاه البعد فيما عدى الفقرات (4، 8، 14) فهي فقرات في عكس اتجاه البعد.

أما البعد الثاني بعد (دافع تجنب الفشل) ويضم الفقرات (1، 3، 5، 7، 9، 11، 13، 15، 17، 19) وكلها فقرات ايجابية في اتجاه البعد فيما عدا الفقرات المرقمة (11، 17، 19) فهي فقرات في عكس اتجاه البعد أي بواقع (10) فقرات لكل بعد وتكون الإجابة على المقياس من خلال خمسة بدائل تراوحت من (1-5) للفقرات الموجبة ومن (5-1) للفقرات السالبة والبدائل هي (بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جداً) ويتم تصحيح فقرات كل بعد على أفراد. كما قام الباحث باستخراج الأسس العلمية للمقياس .

وتم اعداد برنامج ارشادي الهدف منه هو تنمية دافعية الانجاز للاعبين الاركاض المتوسطة وتحقيقا لذلك تم الاعتماد على نظام التخطيط في إعداد البرنامج الإرشادي؛ لذا قام الباحث بوضع برنامج إرشادي و إعداده على ضوء مشكلة البحث، مستنداً على الخطوات الآتية :

1- تحديد الأولويات 2- تحديد الأهداف 3- إيجاد برامج ونشاطات لتحقيق الأهداف الموضوعية 4- تقييم النتائج وبعد تحديد عينة البحث الأساسية المتمثلة بالمجموعة التجريبية و الضابطة، قام الباحث بأجراء قبلي لمتغير دافعية الإنجاز بتاريخ 2024/1/20 كانت مدة الأختبار 15 دقيقة من خلال اختبارات لاعبين الأندية استعدادا لبطولة العراق بألعاب القوى التي ستقام في السليمانية بتاريخ 7-8-9 / 3 / 2024 لألعاب الساحة والميدان . اعتمد الباحث في تطبيق البرنامج الإرشادي على طريقة المحاضرة والمناقشة بأسلوب الإرشاد الجماعي في تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية ، وبعد عرض البرنامج الإرشادي على الخبراء والمختصين . تم إجراء الإختبار البعدي بتاريخ 2024/3/9 وبنفس الظروف الذي تم بها الأختبار القبلي

كما تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS) * الاصدار (12) وبعد عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها من خلال النتائج التي تم التوصل اليها استنتج الباحث ان للبرنامج الارشادي تأثيرا ايجابيا في تطوير دافعية الانجاز للاعبين الاركاض القصيرة والمتوسطة للشباب و ان هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية التي حصلت على البرنامج الارشادي مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تشارك بالبرنامج الارشادي . وقد ظهر تحسن طفيف لدى المجموعة الضابطة في دافعية الانجاز مقارنة بالمجموعة التجريبية **الكلمات المفتاحية:** (البرنامج الإرشادي – دافعية الانجاز)

The effect of the instructional program for the development of the resistance of the intermediate sports for the youth

Hasan Khalid Hamdan¹, Ali Nouri Ali²

Abstract:

The searcher aims to :Identifying the effect of the instructional program on the development of the motivation to achieve success for intermediate running players.

The purpose of choosing the research community was to include all the players of the first-class team (youth) for short-distance running activities, as the number of the original research reached (59) players, and the research sample was ten players, who were randomly divided by lottery into the experimental group, numbered (5) players, and controlled . group numbers (5) players that selected randomly through random sampling because the players were first-class players, youth that aged 16-18 years old..

the researchers concluded that:-

- 1- The guidance program has a positive effect on the development of motivation for short and medium running games for youth.
- 2- There are statistically significant differences in favor of the experimental group that received the guidance program compared to the control group that did not participate in the guidance program.

Key Words: Under the supervision of a master's student

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :-

تعد عملية الإرشاد النفسي عملية ذات قيمة وأهمية كبيرة وينظر إليها كخبرة إنسانية في عالم متغير تضعف فيه العلاقات الإنسانية بشكل واضح، ويؤكد أيضاً على أن الإرشاد يسمح للناس بالتعاون مع بعضهم لإنجاز أهداف مشتركة ويتيح لهم فرصاً عديدة للتعبير عن الآمال والطموحات والمخاوف، ومشاركة بعضهم بعضاً في هذه الهموم والإهتمامات. وأن الإرشاد يمكن أن يسهم في إظهار المسترشدين لإنسانيتهم نحو بعضهم البعض. ويتضح لنا من خلال هذه الفقرة أهمية العمل الإرشادي كونه مورداً أو مصدراً أساسياً لمساعدة الآخرين في حل مشكلاتهم والتعرف على قدراتهم والاستفادة منها إلى أقصى حد ممكن بما يعود بالنفع للفرد وللمجتمع. فضلاً عن أهمية البرامج الإرشادية في حث اللاعبين للتغلب على المخاوف والصعاب التي تواجههم وعدم الهروب منها للوصول إلى الأداء الأمثل وبالتالي تحقيق الإنجاز المطلوب .

وتحتل دافعية الانجاز عند اللاعب أهمية كبيرة إن لم تكن الأهم في خطة الأعداد النفسي للاعبين، وتمثل المفهوم النفسي الأساسي الذي يجب أن يؤخذ في الاعتبار، إذا أردنا تدريب اللاعبين بنجاح، ويلاحظ دائماً أن المدربين الناجحين يدعمون تنمية دافعية الانجاز لدى اللاعبين.

وتكمن أهمية البحث في أنه يتناول وضع برنامج إرشادي لتنمية دافعية الانجاز للاعبين الرياض المتوسطة للشباب

كمحاولة علمية تساعد في إعطاء رؤية واضحة عن مدى أهمية تأثير البرامج الإرشادية ووظيفتها لتعزيز مدى الاستفادة منها في أداء اللاعب وإنجازه.

1-2 مشكلة البحث:-

تعد ألعاب القوى من الألعاب التاريخية، التي أظهرت التفوق الخيالي للارقام القياسية ولاسيما في فعاليات الاركاض مما يدل على التقدم العلمي المستمد من البحوث التجريبية المتواصلة من أجل تحطيم الارقام وعدم ثبوتها.

و للارشاد النفسي دورا كبيرا في مساعدة اللاعب على ان يتخذ لنفسه اهدافا واقعية تتفق مع قدراته واستعداداته، اذ انها تساعده على تفهم نفسه تفهما سليما وذلك بمعاونته على تقويم نفسه ومعرفة قدراته ونواحي الضعف والقوة لديه، ومعاونته على استخدام إمكانياته إلى أقصى حد ممكن . و ان الضغوط النفسية والاجتماعية قد تؤدي باللاعبين إلى توترات عصبية وصراعات نفسية تؤثر في مستوى الإنجاز لديهم، لذا يتطلب إعداد هؤلاء اللاعبين ومعالجة نقاط الضعف لديهم، وتأكيد نقاط القوة وتطويرها، ومن جهة أخرى وجود خدمات إرشادية للتنمية تقدم لهم كي يتمكنوا من تحقيق افضل مستويات الإنجاز الرياضي.

وبحسب علم الباحث إن معظم البحوث والدراسات التي تعنى بالجانب النفسي وتأثيره في الإنجاز الرياضي، قد تناولت مواضيع شتى، ولكنها افتقرت إلى موضوع دافعية الانجاز للاعبين. وعليه ارتأى الباحث الخوض في هذا المضمار من خلال برنامج ارشادي لتنمية دافعية الانجاز ولكون المكتبة العراقية تفتقر إلى هذه البرامج الإرشادية وتطويرها ولا سيما عند لاعبي الاركاض المتوسطة لمعرفة تأثير البرنامج الإرشادي في مستوى الإنجاز الرياضي .

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

1. اعداد برنامج إرشادي لتنمية دافعية الانجاز للاعبين الاركاض المتوسطة للشباب
2. التعرف على تأثير البرنامج الإرشادي لتنمية دافعية الانجاز للاعبين الاركاض المتوسطة للشباب

4-1 فروض البحث

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في دافعية الانجاز

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو اندية الدرجة الاولى لاعاب القوى، فعاليات ركض المسافات (القصيرة والمتوسطة) للشباب

2-5-1 المجال الزمني : من 4 / 1 / 2024 و لغاية 7 / 7 / 2024

- 3-5-1 المجال المكاني : (ملعب وزارة الشباب والرياضة بألعاب القوى)-(ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد – الجادرية) – (ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة السليمانية)

6-1 تحديد المصطلحات

- 1-6-1 البرنامج الإرشادي : يعرفه الدوسري (1:ص152) بأنه برنامج أو منهج مخطط ومنظم على أسس علمية، يتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة

2-6-1 دافعية الانجاز : يعرفه علاوي (2:ص336-340) استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في مستوى او معيار من معايير او مستويات التفوق و الامتياز عن طريق اظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من اجل التفوق و الامتياز

2- أجراءات البحث الميدانية :

1-2 منهج البحث

اعتمد الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين الضابطة والتجريبية، كونه اقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية.

2-2 عينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية شملت جميع لاعبي اندية الدرجة الاولى (شباب) لفعاليات ركض المسافات القصيرة ، إذ بلغ عدد مجتمع البحث الأصلي (59) لاعبا، وبلغت عينة البحث عشرة لاعبين قسمت عشوائيا وبطريقة القرعة إلى مجموعة تجريبية وعددها (5) لاعبين وأخرى ضابطة وعددها (5) لاعبين تم اختيارها بصورة عشوائية عن طريق القرعة وتعد العينة متجانسة لان أفرادها لاعبي اندية الدرجة الاولى ، شباب، وضمن الأعمار من (16-18) سنة.

1-2-2 تكافؤ المجموعتين:

ولغرض التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة قمنا بتكافؤ العينة في دافعية الانجاز لاعبي المسافات المتوسطة وفيما يأتي جدول توضيحي لإجراء التكافؤ الإحصائي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المسافات المتوسطة وكما موضح في الجداول التالية:

جدول (1) يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير دافعية الانجاز

للاعبي المسافات المتوسطة

المتغير	التجريبية		الضابطة		T		المعنوية
	س	ع	س	ع	الجدولية	محتسبة	
الدافعية	70.79	7.499	71.05	7.461	2.400	0.233	غير معنوي

3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- تم استخدام الأدوات الآتية في حل مشكلة البحث
- المصادر العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع البحث الحالي.
- الملاحظة والتجريب.
- مقياس دافعية الانجاز

- الوسائل الإحصائية

2-4 مقياس دافعية الانجاز :-

تم استخدام مقياس (دافعية الانجاز) الذي قام بتصميمه (جو وليس) (3:ص181-183)، (willis, 1982) والذي يكون من (20) فقرة وبعدين هما (بعد دافع انجاز النجاح) ويضم الفقرات الآتية (2، 4، 6، 8، 10، 12، 14، 16، 18، 20) وكلها فقرات ايجابية في اتجاه البعد فيما عدى الفقرات (4، 8، 14) فهي فقرات في عكس اتجاه البعد.

أما البعد الثاني بعد (دافع تجنب الفشل) ويضم الفقرات (1، 3، 5، 7، 9، 11، 13، 15، 17، 19) وكلها فقرات ايجابية في اتجاه البعد فيما عدا الفقرات المرقمة (11، 17، 19) فهي فقرات في عكس اتجاه البعد أي بواقع (10) فقرات لكل بعد وتكون الإجابة على المقياس من خلال خمسة بدائل تراوحت من (1-5) للفقرات الموجبة ومن (5-1) للفقرات السالبة والبدائل هي (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) ويتم تصحيح فقرات كل بعد على أفراد .

2-4-1 التجربة الاستطلاعية :

بعد التحقق من الصدق الظاهري للمقياس تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (5) لاعبين بصورة عشوائية بتاريخ 11 / 1 / 2024

2-4-2 الأسس العلمية للمقياس :

2-4-2-1 الصدق الظاهري:

قام الباحث بالتحقق من صدق مقياس دافعية الانجاز بتطبيقه على عينة البحث من خلال عرض فقرات المقياس بصورته الحالية على عدد من السادة والخبراء والمحكمين من ذوي الاختصاص في علم النفس الرياضي وعلم النفس العام والعباب القوى لغرض إبداء آرائهم وملاحظاتهم في مدى صلاحية فقرات المقياس لقياس الغرض الذي وضعت من أجله، و حصلت على نسبة اتفاق أكثر من (80%) من آراء الخبراء المحكمين

2-4-2-2 ثبات المقياس :

يعد الثبات من الشروط المهمة للأداة الجيدة الذي استخدمه الباحث في حساب معامل الثبات طريقة إعادة الاختبار إذ تم تطبيق الاختبار على عينة مؤلفة من (5) لاعبين اختبروا بصورة عشوائية وأعيد تطبيق الاختبار عليهم مرة ثانية بعد مرور (10) أيام من موعد التطبيق الأول وبعد جمع الاستمارات ثم معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وظهرت قيمة (ر) المحتسبة (0.91) وهو دال إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس .

3-5 البرنامج الإرشادي لتنمية دافعية الانجاز لاعبي الاركاض المتوسطة :

ان الهدف من البرنامج الإرشادي هو تنمية دافعية الانجاز للاعبي الاركاض المتوسطة وتحقيقا لذلك تم الاعتماد على نظام التخطيط في إعداد البرنامج الإرشادي؛ لذا قام الباحث بوضع برنامج إرشادي و إعداده على ضوء مشكلة البحث، مستنده على الخطوات الآتية (4:ص84) :

1- تحديد الأولويات 2- تحديد الأهداف 3- إيجاد برامج ونشاطات لتحقيق الأهداف الموضوعية 4- تقويم النتائج

1 – تحديد الاولويات

بعد جمع الاستبيان، تم تفرغ إجابات الخبراء ووضعها في جدول تكراري إذ رتبت عناوين الجلسات الإرشادية ترتيبا تنازليا حسب تكرارها مع الأخذ بنظر الاعتبار ملاحظات الخبراء حول عناوين بعض الجلسات ومدتها وزمنها.

2. تحديد الأهداف

إن الهدف من البرنامج هو تنمية دافعية الانجاز لدى اللاعبين وذلك من خلال تغير مدركات اللاعب عن ذاته وتبصيره بقدراته وإمكانياته والعمل على وضع أهداف حقيقية يسعى إلى تحقيقها والاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية والتقليل من عامل القلق أو الخوف الذي يستبد به قبل المنافسة الرياضية، والعمل على تكوين نظرة إيجابية نحو ذاته، لكي يتمكن من تحقيق افضل مستوى إنجاز رياضي.

3. إيجاد نشاطات لتحقيق الأهداف

إن تحديد النشاطات التي يتضمنها البرنامج الإرشادي يتوقف على أهداف البرنامج الإرشادي وعلى نوع الإمكانيات المتوفرة، إذ تم تضمين الجلسات مجموعة من الأنشطة كان يفترض من ضمنها عرض لبعض الأفلام التربوية ، والاستعانة ببعض المشاهد الفيديوية و شرحها بوساطة محاضرات إرشادية قام بها المرشد المختص (علي عيسى حسين) الذي تم اختياره لالقاء المحاضرات الإرشادية على عينة البحث التجريبية .

4. تقويم البرنامج

قبل تطبيق البرنامج الإرشادي على اللاعبين، قام الباحث بعرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في مجال علم النفس العام والرياضي للاستفادة من آرائهم حول مدى ملائمة البرنامج لتحقيق الأهداف وبعد مناقشة محتوى الجلسات الإرشادية ثم الأخذ بملاحظات الخبراء ومقترحاتهم ليكون البرنامج الإرشادي بصيغته النهائية حيث تبين إن نسبة اتفاق الخبراء حول جميع الجلسات 100% عدا واحدة فكان الاتفاق بنسبة 89% وبهذا أخذ الباحث جميع الجلسات الأتني عشر لأتفاق الغالبية حولها.

2-5-1 التجربة الاستطلاعية للبرنامج الإرشادي :

قام الباحث باختيار خمسة لاعبين من لاعبي اندية الدرجة الاولى / شباب لفعاليات ركض المسافات المتوسطة عشوائياً وتم توزيع استمارات البرنامج الارشادي :عليهم لمعرفة مستوى هذه المتغيرات لديهم بتاريخ 2024/1/18 إذ اتضح بأن فقرات البرنامج الارشادي واضحة المعنى بالنسبة لعينة البحث وبما يوافق آراء الخبراء الذين استعان بهم الباحث من المختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي ، من حيث وضوح البرنامج حيث وجد الباحث إن معظم الخبراء يؤكدون صلاحية جلسات البرنامج الارشادي لعينة البحث.

2-5-2- الأسس العلمية للبرنامج الارشادي

2-5-2-1. الصدق

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس العام والرياضي لذا فقد تم استخراج الصدق الظاهري والذي بلغ (0.94)

2-5-2-2 الثبات

قام الباحث باستخراج الثبات وذلك باستخدام إعادة الاختبار لتأكيد ثبات الجلسات الارشادية ، وقام الباحث بتطبيق الجلسات الارشادية على عينة استطلاعية مكونة من خمسة لاعبين بفارق زمني قدره (5) أيام بين التجربتين، اختيرت عشوائياً وقد ظهر معامل الثبات وقدره (0.885)

2-5-2-3 الموضوعية

أما موضوعية الجلسات الارشادية فقد كانت الاستعانة بأراء الخبراء حول موضوعيته وقد تم اتفاق الخبراء حول صلاحية الجلسات الارشادية حيث بلغت (83.3)

2-6- التجربة الرئيسية

2-6-1 تطبيق الاختبار القبلي: بعد تحديد عينة البحث الأساسية المتمثلة بالمجموعة التجريبية والضابطة، قام الباحث بإجراء اختبار قبلي لمتغير الدافعية الانجاز خلال اختبارات أندية القطر لألعاب القوى المؤهلة لبطولة اندية العراق في السليمانية بتاريخ 2024/1/20 كانت مدة الاختبار 15 دقيقة .

2-7 البرنامج الإرشادي:

اعتمد الباحث في تطبيق البرنامج الإرشادي على طريقة المحاضرة والمناقشة بأسلوب الإرشاد الجماعي في تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية ، وبعد عرض البرنامج الإرشادي على الخبراء والمختصين .

إن الأسلوب الجماعي يقلل من تمركز الفرد حول ذاته وقد عمل الباحث على توفير جو ودي مع اللاعبين قائم على الاحترام المتبادل والتوعية والثقة، فضلاً عن فسح المجال لأفراد العينة للمناقشة وإبداء الآراء، والعمل على إشراك غالبية اللاعبين في المناقشات خلال الوحدة الإرشادية سيما اللاعبين الذي امتازوا بضعف نشاطهم وإسهامهم. واستغرقت مدة تطبيق البرنامج نحو (40) يوماً، بواقع جلستين

إرشاديتين في كل أسبوع، مدة الجلسة الواحدة بين (30-40) دقيقة ليكون مجموع الجلسات الإرشادية 12 جلسة إرشادية بدءاً من 2024/1/28 إلى 2024/3/5 تبدأ عصرًا قبل التدريب في الساعة (4.30-5.15) ، وقد قام الباحث باستضافة عدد من الخبراء المختصين في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي و شاركوا بالقاء المحاضرات الإرشادية على أفراد عينة البحث.

8-2 تطبيق الاختبار البعدي:

تم إجراء الاختبار البعدي بتاريخ 2024/3/9 وب نفس الظروف الذي تم بها الاختبار القبلي

9-2 الوسائل الإحصائية:

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS)* الاصدار (12)

3- عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها:

1-3 نتائج اختبارات دافعية الإنجاز للاعبين المسافات المتوسطة لعينة البحث الضابطة بينها
الجدول :

جدول (2) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحتسبة والجدولية للاختبارين القبلي والبعدي

لمتغير دافعية الانجاز للعينة الضابطة للاعبين المسافات المتوسطة

المعنوية	قيمة T		بعدي		قبلي		المتغيرات	العينة
	الجدولية	المحتسبة	ع	س	ع	س		
غير معنوي	3.182	2.53	3.76	68.98	4.87	62.75	الدافعية	الضابطة

بحث مستوى الدلالة 0.5 و درجة الحرية (8)

2-3 عرض نتائج اختبار دافعية الإنجاز للاعبين لمسافات المتوسطة للمجموعة التجريبية وتحليلها
ومناقشتها: والجدول (2) يبين ذلك

جدول (3) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحتسبة والجدولية للاختبارين القبلي والبعدي

لمتغيري الدافعية الانجاز للعينة التجريبية للاعبين المسافات المتوسطة

المعنوية	قيمة T		بعدي		قبلي		المتغيرات	العينة
	الجدولية	المحتسبة	ع	س	ع	س		
معنوي	3.182	7.43	7.98	151.98	9.49	125.65	الدافعية	التجريبية

بحث مستوى الدلالة 0.5 و درجة الحرية (8)

3-3 مناقشة النتائج:

يرى الباحث من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (3) ان تفوق المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي في متغير الانجاز بسبب الرغبة أو الميل الى اداء المهام بسرعة وبأفضل طريقة ممكنة " يمثل دافع الانجاز الحافز لحل مشكلات صعبة تتحدى الفرد وتعرض طريقه"⁽¹⁾، ونظرا لارتباط دافعية الانجاز بحاجة اللاعب واهدافه ونشاطه فان هذه النتيجة تؤكد أن أفراد عينة البحث الضابطة هم بحاجة الى دافعية الانجاز اكثر من المجموعة التجريبية والذين لم يخضعوا لاي برنامج ارشادي واكتفوا بالمنهج التدريبي المعد من قبل المدرب على اعتبار أن دافعية الانجاز من الأسس والركائز المهمة التي تمنح الفرصة للعداء لتحسين مستوى ادائه وترفع من مستوى قدرته على الانجاز .

وقد اشار (ابراهيم 2008) أنه من الضروري زيادة برامج الاعداد النفسي لزيادة الدافعية وبالتالي تحقيق افضل الإنجازات الرياضية ويتم ذلك عن طريق برامج الارشاد النفسي والذي يمثل الحافز والدافع الشخصي لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز وبذلك يعتبر مقياساً لجدية المحاولة من قبل العداء للوصول للمستوى الأفضل (5:ص220) وعليه يرى الباحث ان عدائي المسافات المتوسطة يضعون لانفسهم أهدافاً عالية للوصول للمستوى الأفضل نظرا لصعوبة فعاليتها ، ويرتبط هذا بالقدرة على التغلب على ما يعترى العداء من قلق ومواجهة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة إيجابية أي يتسم سلوكه بدافعية انجاز عالية ونادراً ما يفقد أعصابه ويظهر قدراً كبيراً من الاستقرار والهدوء وعدم الاستئثار. لذلك ظهرت العلاقة المعنوية بين الدافعية والانجاز .. "ان استخدام البرامج الارشادية يعمل على زيادة دافعية الانجاز باعتبارها إحدى المهارات النفسية التي ترفع مستوى الأداء لدى العداء فهي تسهم في تحسين الأداء ، لذلك تزداد مثابرتة وتخطيطه وحماسه واندماجه في الأداء " كلما ارتفع مستوى الدافعية ادى ذلك الى تطور مستوى الاداء" (6:ص200) .

و يرى (راتب 1995) أن مستوى الأداء من أهم العوامل التي يجب العناية بها عند وضع البرامج الارشادية حيث يتباين مستوى الأداء وفقاً للفعالية وفي ضوء الخبرة و الممارسة الفعلية ويؤكد أيضاً على أهمية التقارب في مستوى الأداء لتحقيق النتيجة المطلوبة(7:ص221). ويؤكد (Fox 2003) أن البرامج الارشادية تعد أساساً مهماً في الإعداد النفسي للأنشطة الرياضية فهي تعمل على زيادة القوى المحركة للجسم، ورفع الروح المعنوية وتعمل على تنمية وتعميق الإحساس والشعور بالنجاح والفوز وبالتالي تسهم في تحسين مستوى الأداء (8:100p).

(1)- حداد، عفاف شكري، نظريات الإرشاد النفسي، دورها وأهميتها، رد على الذين لا يستخدمون النظرية في الإرشاد، مجلة اتحاد

الجامعات العربية، العدد (28)، كانون الثاني، 1993. ص76

ويشير (الجسماني 1984) في هذا الصدد إلى أن دافعية الانجاز مهارة يمكن تعلمها وتنميتها من خلال التدريب وبذل الجهد المتواصل، حيث أنه غالباً ما يتقرر مصير المباراة من خلال الأخطاء الصغيرة التي في كثير من الأحيان يمكن أن يرجعها إلى فقدان الدافعية (9:ص243).

5-الاستنتاجات والتوصيات :-

5-1 الاستنتاجات :-

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يمكن ان نستنتج ما يأتي :-

- 1- ان للبرنامج الارشادي تأثيرا ايجابيا في تطوير دافعية الانجاز للاعبين الاركاض القصيرة والمتوسطة للشباب
- 2 - هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية التي حصلت على البرنامج الارشادي مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تشترك بالبرنامج الارشادي .
- 3 - ظهر تحسن طفيف لدى المجموعة الضابطة في دافعية الانجاز مقارنة بالمجموعة التجريبية

5-2التوصيات :-

- 1- ضرورة الاستعانة باخصائي نفسي ومرشد اجتماعي في المنتخبات الرياضية وتفعيل دور البرامج الارشادية والتربوية .
- 2-التشجيع على استعمال اساليب ارشادية متنوعة من قبل المدربين والمرشدين التربويين في اثناء العملية الارشادية للمنتخبات الرياضية
- 3-اجراء بحوث عن الارشاد التربوي والنفسي وربطه بمتغيرات اخرى كالضغوط والاضطرابات النفسية

المصادر

- 1- الدوسري، صالح جاسم؛ الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد، مجلة رسالة الخليج العربي، الرياض، مكتبة الملك عبد العزيز العربية، العدد 15، سنة 1985، ص152.
- 2- احمد سعيد رشيد؛ السلوك الإيجابي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي للاعبين بعض اندية مدينة الموصل المتقدمين؛ بحث منشور؛ مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة؛ المجلد 4؛ العدد 1-2 كانون الثاني 2022 .
- 3- محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ط1، 1998)، ص181-183.
- 4- معتصم طلال عبد الله؛ فاعلية برنامج ارشادي لتطوير كفاءة المرشدين التربويين؛ بحث منشور؛ مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة؛ المجلد 6؛ العدد 1 كانون الثاني؛ 2024 .
- 5- حداد، عفاف شكري، نظريات الإرشاد النفسي، دورها وأهميتها، رد على الذين لا يستخدمون النظرية في الإرشاد، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد (28)، كانون الثاني، 1993، ص76

- 6- ابراهيم ، سامح عباس ، واخرون : الدراسة العلمية للسلوك الاجتماعي ، ط2 ، مؤسسة المطبوعات الحديثة 2008 ، مصر ص220
- 7- محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط4 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، 2004 ، ص200.
- 8- أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضية (المفاهيم والتطبيقات) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995 ، ص221.
- (5)Fox.E.L.etal.. The physiological of Exercises and sport(5th)wcBrown and Bench Mark
puplasger.megison W12003 .p100
- 9- عبد علي الجسماني ، علم النفس وتطبيقاته ، بغداد ، دار الفكر العربي ، 1984 ، ص243.

ملحق (1) مقياس دافعية الانجاز الرياضي

ت	الفقرات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
1	أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في أي السباق					
2	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.					
3	عندما ارتكب خطأ في الأداء في أثناء السباق فإنني احتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.					
4	الامتياز في الرياضة لا يعد من أهدافي الأساسية.					
5	أحس غالباً بالخوف قبل اشتراكي في السباق مباشرة					
6	أستمتع بتحمل أية مهمة يرى فيها بعض اللاعبين الآخرين إنها مهمة صعبة.					
7	أخشى الهزيمة في السباق					
8	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد.					
9	في بعض الأحيان عندما انهزم في السباق فان ذلك يضايقتني لعدة أيام.					
10	لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي.					
11	لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في السباق					
12	الفوز في السباق يمنحني درجة كبيرة من الرضا.					
13	اشعر بالتوتر قبل السباق					
14	أفضل أن أستريح في التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من السباق الرسمي					
15	عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة السباق					
16	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضتي.					
17	قبل اشتراكي في السباق لا انشغل بالتفكير عما يمكن أن يحدث أو عن نتائجها.					
18	أحاول بكل جهدي أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق السباق مباشرة.					
19	أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في أي سباق					
20	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.					

ملحق (2) نموذج لاجد الجلسات الارشادية

الجلسة الإرشادية الأولى

تاريخ الجلسة : 2024-1-28

موضوع المحاضرة (المبادرة في العمل و النشاطات)

هدف الجلسة : تنمية قدرة اللاعبين على الإقدام والمبادرة في العمل والنشاطات الرياضية، وسيركز الباحث على اللاعبين الذين شخصتهم بضعف مشاركتهم وانسجامهم وذلك من خلال تحقيق الأهداف الخاصة الآتية: -

1. تنمية الشعور بالتحدي في مواجهة الأمور الصعبة.

2. تشجيع المقترحات الجديدة.

3. إثارة الحماس من خلال التنافس الشريف.

- مكان الجلسة :

- ملعب وزارة الشباب والرياضة لألعاب القوى في مقر الوزارة

محتوى الجلسة :

- يعمل الباحث على توضيح مفهوم (التحدي) في العمل، ونعني أن يكون (عملاً واعياً وإيجابياً)

(مثال)

اللاعب الذي لديه خوفاً وقلقاً من السباق ليس لديه تحدي، ثم أن الخضوع أمام الضغوط المختلفة واختيار السبل للقلق والخوف كالتبرير والعزو السببي وغير ذلك لا تكون مبادرات لأنها لا تحظى بالقبول الاجتماعي ولا الرياضي.

إذ إن نجاح اللاعب في قوة ارادته ستزيد من احترام الرياضي له مما يعزز من إمكاناته وقدراته ويزداد حماسه وطموحه لبذل المزيد من الجهد لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى مستوى أرقى في دافعية الإنجاز .