

قياس فاعلية استراتيجيات التحفيز في تحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين**م.د. شاكر سريح كيلان****وزارة التربية****arabi88net@gmail.com****مستخلص البحث**

هدفت الدراسة إلى قياس فاعلية استراتيجيات التحفيز في تحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين المنخرطين في فرق مدرسية وأهلية رياضية في العراق. اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي باستخدام التصميم شبه التجريبي القائم على المجموعات التجريبية والضابطة، حيث بلغ عدد أفراد العينة (160) مراهقاً، موزعين بالتساوي بين الفريقين، ثم قُسموا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة. تم تطبيق برنامج تحفيزي منظم على المجموعات التجريبية، بينما استمرت المجموعات الضابطة في أنشطتها الاعتيادية دون تدخل. وقد أُجري اختبار الأداء الرياضي قبل وبعد البرنامج التحفيزي، ثم تم تحليل البيانات باستخدام اختبار (T) لحساب الفروق بين المتوسطات، فضلاً عن حساب حجم التأثير (Cohen's d) ومعامل الدلالة الإحصائية.

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعات التجريبية، مع أحجام تأثير تراوحت بين المتوسطة والكبيرة، مما يشير إلى فاعلية استراتيجيات التحفيز في تحسين الأداء الرياضي.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التحفيز - الأداء الرياضي - المراهقون.

مقدمة:

لقد أصبح الجانب الرياضي في عصرنا الحاضر ميداناً للتطبيق المنهجي لنتائج التقدم العلمي وتفاعل العلوم الطبيعية والإنسانية، بهدف إعداد الفرد إعداداً شاملاً يمهد لوصوله إلى قمة مستويات الأداء. وفي هذا الإطار، يكتسب العامل النفسي أهمية قصوى، حيث يمثل **التحفيز** - يشقيه المادي والمعنوي - حجر الزاوية في بناء اللاعب القادر على إحراز النتائج الإيجابية؛ فالتحفيز الخارجي يعمل كحافز لإثارة الدوافع الداخلية، التي هي محركات السلوك الأصيلة التي تنبع من ذات الفرد لإشباع حاجته للإنجاز. ومع التسليم بهذه الأهمية، تواجه العملية التدريبية تحدياً كبيراً يتجسد في التعامل مع فئة **المراهقين**، التي تتميز بتقلبات نفسية وفسولوجية حادة تقتضي استخدام استراتيجيات تحفيزية مدروسة كأدوات نفسية وتربوية لتعزيز الالتزام وتنمية الأداء. ونظراً للافتقار إلى دراسات تطبيقية منهجية تقيس الأثر المباشر لاستراتيجيات التحفيز المنظمة على كفاءة الأداء الرياضي لهذه الفئة العمرية في بيئات تدريبية متنوعة ومحلية، تبرز **الفجوة البحثية** التي تسعى هذه الدراسة لسدها. وعليه، تهدف هذه الورقة البحثية إلى قياس فاعلية استراتيجيات تحفيزية منهجية في رفع كفاءة الأداء الرياضي للمراهقين المنخرطين في بيئات تدريبية مختلفة، ممثلة بالفروق المدرسية والفروق الأهلية في العراق.

مشكلة البحث:

تُعد مشكلة تراجع **الدافعية** نحو النشاط الرياضي وظهور مؤشرات **الملل والانسحاب** لدى فئة **المراهقين** تحدياً تربوياً وتدريبياً يُهدد استدامة الأداء العالي. وفي ضوء الحاجة الملحة إلى أدوات تربوية ونفسية فاعلة، تسعى هذه الدراسة إلى سد **الفجوة المعرفية** المتعلقة بالقياس التجريبي لفاعلية الأساليب التحفيزية المنظمة. وبناءً عليه، تتحدد مشكلة البحث في محاولة قياس فاعلية برنامج تدريبي قائم على **الاستراتيجيات التحفيزية المنهجية المقترحة** في رفع كفاءة الأداء الرياضي لدى اللاعبين المراهقين في البيئة الرياضية العراقية.

وتتبلور مشكلة الدراسة في السؤال الآتي:
ما فاعلية الاستراتيجيات التحفيزية المنهجية المقترحة في تحسين كفاءة الأداء الرياضي لدى اللاعبين المراهقين المنخرطين في الفرق الرياضية في العراق؟
فرضيات البحث:

• الفرضية الرئيسية:
هناك تأثير ذو دلالة إحصائية لتطبيق استراتيجيات التحفيز في تحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين في العراق:

• الفرضيات الفرعية:
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأداء الرياضي لدى المراهقين قبل وبعد تطبيق الاستراتيجيات في الفرق المدرسية.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأداء الرياضي لدى المراهقين قبل وبعد تطبيق الاستراتيجيات في الفرق الأهلية خارج المدرسة.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية التي خضعت لاستراتيجيات التحفيز من حيث دافعية تحسين الأداء الرياضي في الفرق المدرسية.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية التي خضعت لاستراتيجيات التحفيز من حيث دافعية تحسين الأداء الرياضي في الفرق الأهلية خارج المدرسة.

- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات التحفيز وتحسين الأداء الرياضي في بيئات مختلفة (داخل المدرسة - خارج المدرسة).

أهمية البحث: هذه الدراسة تهتم بقياس فاعلية استخدام استراتيجيات التحفيز الرياضي وما ينتج عنها من تأثير على تحسين الأداء الرياضي، بالإضافة إلى إثراء الرصيد المعرفي حيث يعتبر من البحوث العلمية المهمة في التدريب الرياضي وهي تساهم في:
- تطوير شخصية اللاعب.

- إبراز أهمية التحفيز وأثره على تحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين.
- تطوير إمكانيات التعلم واستراتيجيات التحفيز والاستفادة من التدريبات المتاحة لرفع مستوى أداء الرياضي.

أهداف البحث: يهدف هذا البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

1. تحديد مستوى الأداء الرياضي لعينة الدراسة من المراهقين قبل وبعد تنفيذ استراتيجيات التحفيز في البيئات المحيطة المختلفة (الفرق المدرسية (داخل المدرسة) - الفرق الأهلية (خارج المدرسة)).
2. معرفة مدى أثر اتباع المدربين لاستراتيجيات تحفيزية على تحسين الأداء الرياضي للمدربين.
3. تقديم اقتراحات وتوصيات لتحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين بإدراج استراتيجيات تحفيزية.

منهج البحث: يعتمد هذا البحث على:

تعتمد هذه الدراسة على

➤ المنهج التجريبي (Experimental Methodology) باعتباره الأسلوب الأمثل لقياس العلاقة السببية بين المتغيرات. ونظراً لطبيعة البحث الذي يتضمن التعامل مع مجموعات طبيعية في بيئات رياضية، سيتم استخدام التصميم شبه التجريبي. (Quasi-Experimental Design)
➤ التصميم الإجرائي

يتجسد التصميم الإجرائي في استخدام تصميم المجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) مع القياسات القبلية والبعديّة. (Pretest-Posttest Two-Group Design) يتيح هذا التصميم عزل

تأثير المتغير المستقل، وهو تطبيق الاستراتيجية التحفيزية المنهجية، على المتغير التابع المتمثل في كفاءة الأداء الرياضي لدى عينة المراهقين. حيث تخضع المجموعة التجريبية للبرنامج التحفيزي، بينما تستمر المجموعة الضابطة في التدريب الروتيني دون تدخل.

المنهج الوصفي التحليلي التكميلي

لإثراء التحليل وتوفير الأساس الإحصائي اللازم، سيتم توظيف المنهج الوصفي التحليلي (Descriptive Analytical Method) سيعمل هذا المنهج على وصف الخصائص الديموغرافية والرياضية للعينة، وتحليل مستويات المتغيرات قيد الدراسة، وتحديد الارتباطات والعلاقات البيئية بين مختلف العناصر البحثية تمهيداً لإجراء المقارنات التجريبية.

حدود البحث:

الحدود البشرية: اقتصر المجال البشري للدراسة على عينة من المراهقين الذكور الذين تتراوح أعمارهم بين (13-17) سنة، والمنتسبين إلى الفرق الرياضية المدرسية والفرق الرياضية الأهلية في مدينة بغداد، والبالغ عددهم 160 مراهق، تم توزيعهم على أربع مجموعات: تجريبية وضابطة من الفرق المدرسية وتجريبية والضابطة من الفرق الرياضية الأهلية.

الحدود المكانية: أجريت الدراسة في مدينة بغداد على مدرستين (مدارس الشروق الأهلية للبنين (تميزين)، مجمع مدارس العالمية (A.S.C) - زيونة) واثنان من الفرق الرياضية الأهلية (اتحاد حبيب واتحاد فيوري) في مدينة بغداد.

الحدود الزمنية: أجريت هذه الدراسة خلال العام الدراسي 2025، على مدار شهرين (من 6-8 أسابيع).

الدراسات السابقة:

لا توجد دراسات محلية كافية عن استراتيجيات التحفيز وتأثيرها على تحسين الأداء الرياضي " في العراق وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى سدّ الفجوة فيه. ولكن يوجد دراسات اهتمت بدراسة فاعلية التحفيز ودوره في الأداء الرياضي: ومنها:

دراسة محفوظ (2022): بعنوان "استراتيجيات التحفيز المطبقة من طرف مدربي فئة أوسط وأكابر كرة القدم جهوى عنابة": هدفت الدراسة إلى تحديد أنواع استراتيجيات التحفيز المطبقة من طرف مدربي كرة القدم فئة أوسط وأكابر جهوى عنابة، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، تمثل مجتمع وعينة الدراسة في (30) مدرباً تم اختيارهم بالطريقة العمدية (15 مدرب) فئة أوسط و(15) مدرب فئة أكابر، قام الباحث ببناء استبيان لغرض تحديد استراتيجيات التحفيز حيث تشكلت من ثلاثة محاور التحفيز المادي / التحفيز المعنوي / نجاعة استراتيجيات التحفيز موزعة على (27) سؤال، كما استخدم الباحث برنامج spss الاحصائي لمعالجة البيانات، توصلت الدراسة إلى إثبات وجود فروق دالة لصالح مدربي الأكابر في التحفيز المادي وانعدام فروق دالة إحصائية في التحفيز المعنوي بين مدربي الأواسط والأكابر. (علاوي، 1995)

دراسة (جوادي (2020): بعنوان " التحفيز وعلاقته بأداء لاعبي نوادي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية (دراسة ميدانية لبعض نوادي القسم الممتاز أولمبي الوادي، بركة وعين التوتة)": هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التحفيز بشقيه المادي والمعنوي لدى لاعبي كرة اليد بفرق الرياضية للقسم الأول، وكذا التعرف على العلاقة بين التحفيز بشقيه المادي والمعنوي ومستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة الرياضية، وتكونت عينة الدراسة من 45 لاعب، واعتمدت الدراسة على مقياس التحفيز ومقياس الأداء، وتمت معالجة البيانات إحصائياً بواسطة المتوسط الحسابي ومعامل الارتباط بيرسون، وأظهرت النتائج أن الحوافز المادية تقدم بدرجة كبيرة وكافية لدى لاعبي نوادي كرة اليد، وأن الحوافز المعنوية تقدم بدرجة متوسطة لدى اللاعبين، وتوجد علاقة ارتباطية طردية

ذات دلالة إحصائية بين التحفيز بشقيه المادي والمعنوي والأداء أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي نوادي كرة اليد. (عفاتة، 2000، ص 29-58)
مصطلحات الدراسة:

الأداء الرياضي: هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، أو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيراً سلوكياً.

(محفوظ، 2022، 164-174)

المراهقة: يعرف ديبس المراهقة بأنها فترة التحولات الجسمية النفسية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد، وحسب هذا التعريف الكلاسيكي، المراهقة عبارة عن مرحلة عبور تتم فيها تغيرات من جانبين أساسيين هما:

- **تغيرات جسمية:** تتعلق بالنضج الفيزيولوجي والجسمي بوجه عام حيث يكتمل نمو الأعضاء داخلياً وخارجياً.

التحفيز: هو العوامل والمؤثرات والمغريات الخارجية التي تشجع الفرد على زيادة أدائه، وتقدم نتيجة لأدائه المتفوق والتميز، وتؤدي إلى زيادة رضائه وولائه للمؤسسة أو للمنظمة، وبالتالي يرى زيادة أدائه وإنتاجه مرة أخرى. (جوادى، 2019، ص 289-300)

الإجراءات المنهجية للدراسة:

منهجية الدراسة: المنهج شبه تجريبي ذو تصميم قبلي وبعدي لمجموعتين (ضابطة وتجريبية) وذلك لاعتماده أساساً على القيام بإجراء التجربة لأجل اختبار فروض الدراسة وبالتالي قبولها أو رفضها في تحديد علاقة بين المتغيرات.

أدوات الدراسة: تمثلت أدوات الدراسة التي هي من إعداد الباحث فيما يأتي:

1. **اختبار مقياس الأداء الرياضي للمتدربين:** يتكون من 5 محاور، وهناك 5 مستويات للإجابة أمام كل عبارة ويقابل هذه المستويات الدرجات من 1-5 وهي (ضعيف (1)، مقبول (2)، جيد (3)، جيد جداً (4)، ممتاز المجموع الكلي للنقاط: 15 __ من 75 المستوى العام:

61-75 = ممتاز

46-60 = جيد جداً

31-45 = جيد

15-30 = يحتاج لتحسين

2. **اختبار مقياس التحفيز للمتدربين:** يتكون من 3 محاور، وهناك 5 مستويات للإجابة أمام كل عبارة ويقابل هذه المستويات الدرجات من 1-5 وهي (لأوافق بشدة (1)، لا أوافق (2)، محايد (3)، أوافق (4)، أوافق بشدة (5)). التقييم العام: الدرجة العظمى للاستبانة: 75 درجة تحليل النتائج (بعد جمع الدرجات):

60-75 = دافعية مرتفعة

45-59 = دافعية متوسطة

30-44 = دافعية ضعيفة

أقل من 30 = دافعية منخفضة جداً

3. برنامج التحفيزي التجريبي.

4. التحليل الإحصائي وفق Spss: تم استخدام المتوسطات، الانحراف المعياري، واختبار (t-test) للفروق الإحصائية بين المجموعات، وحجم التأثير وفق دليل على مؤشراتنا ويحسب حجم التأثير بالمعادلة التالية:

$$\tau^2 = \frac{t^2}{t^2 + df} \quad (\text{عفانة، 200، ص42})$$

$$d = \frac{2t}{\sqrt{df}} \quad (\text{Pallant. 2005. p209})$$

t^2 = قيمة ((ت)) المحسوبة عند استخدام اختبار t-test

df = ترمز لدرجات الحرية وتساوي $N_1 + N_2 - 2$

جدول (1)

الجدول المرجعي المقترح لتحديد مستويات حجم التأثير بالنسبة لكل مقياس من مقاييس حجم التأثير

التأثير				الأداة المستخدمة
كبير جداً	كبير	متوسط	صغير	
0.2	0.14	0.06	0.01	τ^2
1.1	0.8	0.5	0.2	

اسم، محل المراهقين مستوى على والرياضية البدنية التربية أساتذة من مجموعة الاستعانة تم حيث دراستنا، عينة بزيادة قمنا لهذا العينة لمستوى وملائمتها البنود وضوح على التعرف خلال من (والاختبارات الاسم

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على (7)

ولتحقيق أهداف الدراسة وقياس المتغيرات، اعتمد الباحث على أداتين رئيسيتين تم إعدادهما والتأكد من خصائصهما السيكومترية على النحو التالي :

❖ اختبار مقياس التحفيز للمتدربين: يتكون من ثلاثة محاور رئيسية، وتستخدم خمسة مستويات للإجابة أمام كل عبارة.

• اختبار مقياس الأداء الرياضي للمتدربين: يتكون من خمسة محاور، وتستخدم خمسة مستويات للإجابة أمام كل عبارة.

❖ التأكد من الصلاحية والملائمة (الصدق والثبات):

• الدراسة الاستطلاعية: تم إجراء دراسة استطلاعية شاملة قبل تطبيق الدراسة الميدانية، وكان الغرض الأساسي منها هو التأكد من صلاحية أدوات البحث (الاستبانة والاختبارات).

• ملائمة البنود: شملت الدراسة الاستطلاعية التعرف على وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة من المراهقين.

• تحكيم الخبراء: لزيادة موثوقية الأدوات، تم الاستعانة بمجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث تم عرض الأدوات عليهم، وهو إجراء يضمن الصدق الظاهري وصدق المحتوى للأدوات قبل تطبيقها النهائي على العينة

الدراسة الاستطلاعية: تم إجراء دراسة استطلاعية قبل إجراء الدراسة الميدانية، وكان الغرض منها التعرف على مجتمع الدراسة ومميزاته وخصائصه، وللتأكد من صلاحية أدوات البحث (الاستبانة) من خلال التعرف على وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة. لهذا قمنا بزيارة عينة دراستنا، حيث

تم الاستعانة بمجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية، وقمنا بزيارة مجتمع دراستنا المتمثل في فئة المراهقين في الفرق الرياضية المدرسية (داخل المدرسة) والفرق الرياضية الأهلية (خارج المدرسة) في بغداد.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من الفئة المراهقة الرياضية في الفرق المدرسية وفي الفرق الأهلية خارج المدرسة في بغداد لعام 2025، ونظراً للطبيعة الواسعة لهذا المجتمع وعدم توفر إحصاء دقيق لعدده الكلي في النص المقدم، فقد ركزت الدراسة على عينة ممثلة من هذا المجتمع.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (80) مراهق من الفرق المدرسية و(80) مراهق من الفرق الأهلية، وتم تقسيم كل عينة إلى قسمين بطريقة عشوائية، وهي مجموعة تجريبية مكونة من (40) مراهق يخضعون لبرنامج التحفيز التجريبي، ومجموعة ضابطة مكونة من (40) مراهق رياضي يتدربون وفق البرنامج التحفيزي المصمم. اعتمد هذا الاختيار على مبررين أساسيين: أولهما ضرورة قياس التأثير التفاضلي لاستراتيجية التحفيز في بيئتين اجتماعيتين وتدريبيتين متباينتين (داخل وخارج المدرسة)، وثانيهما تحقيق متطلبات المنهج التجريبي عبر التوزيع العشوائي للمشاركين لضمان تكافؤ المجموعات قبل البدء بالتجربة وعزل تأثير المتغير المستقل (التحفيز).

ضبط إجراءات الدراسة: لضبط سلامة النتائج من العوامل الدخيلة وتجنباً لأي عائق وصولاً لنتائج قابلة للتعميم والتطبيق، تبنى الباحث طريقة المجموعات التجريبية والضابطة باختبارين قبل التجربة. يعتمد على تكافؤ وتطابق المجموعتين من خلال الاعتماد على الاختيار العشوائي لأفراد العينة ومقارنة المتوسطات الحسابية في بعض المتغيرات أو العوامل لذا قام الباحث بضبط المتغيرات التالية: تكافؤ مجموعتي الدراسة قبل تطبيق استراتيجية التحفيز في التدريب على:

جدول (2) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى دلالة مجموعتين لتجريبية والضابطة لاختبار الأداء الرياضي في التطبيق القبلي.

المتغير	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	t	قيمة الدلالة
اختبار الأداء الرياضي	تجريبية	40	25.800	2.158	0.700	0.750 غير دالة إحصائية
	ضابطة	40	27.600	2.19		
اختبار التحفيز (الدافعية)	تجريبية	40	23.800	2.158	0.82	0.270 غير دالة إحصائية
	ضابطة	40	28.700	2.19		
اختبار الأداء الرياضي	تجريبية	40	29.800	2.158	0.600	0.550 غير دالة إحصائية
	ضابطة	40	30.600	2.19		
اختبار التحفيز (الدافعية)	تجريبية	40	24.800	2.158	0.92	0.370 غير دالة إحصائية
	ضابطة	40	26.700	2.19		

المصدر: عمل الباحث

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (78) وعند مستوى دلالة 0.05 ($\alpha \leq 2.00$)
قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (78) وعند مستوى دلالة 0.01 ($\alpha \leq 2.66$)

يتضح من الجدول (2) :

- بالنسبة للفرق الرياضية داخل المدارس: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير اختبار الأداء الرياضي قبل بدء التجربة، وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتين في مقياس اختبار الأداء الرياضي.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الدافعية قبل بدء التجربة، وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتين في مقياس الدافعية.

- بالنسبة للفرق الرياضية الأهلية خارج المدرسة: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير اختبار الأداء الرياضي قبل بدء التجربة، وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتين في مقياس اختبار الأداء الرياضي.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الدافعية قبل بدء التجربة، وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتين في مقياس الدافعية.

أولاً: تأثير استخدام استراتيجية التحفيز على الأداء الرياضي لدى المراهقين:

قد تم تصميم اختبار التفكير النقدي لكلا المجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولكن مع الملاحظة أن الاختبار يستخدم للمجموعة الضابطة بهدف قياس مستوى الأداء الرياضي بدون استخدام استراتيجية التحفيز حيث يقارن بين أداؤهم مع المجموعة التجريبية بينما يستخدم للمجموعة التجريبية بهدف قياس تحسن الأداء الرياضي بعد تطبيق استراتيجية التحفيز. لقد أظهرت تجربة تطبيق البرنامج التحفيزي فاعلية واضحة في تحسن الأداء الرياضي لدى المراهقين. ويوضح ذلك من خلال مقارنة متوسطات والانحراف المعياري للمجموعتين، كما يلي:

جدول (3) المتوسطات والانحرافات المعيارية لاختبار الاداء الرياضي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي.

فرق أهلية خارج المدرسة		فرق مدرسية		الأداء الرياضي
المجموعة الضابطة متوسط \pm الانحراف المعياري	المجموعة التجريبية متوسط \pm الانحراف المعياري	المجموعة الضابطة متوسط \pm الانحراف المعياري	المجموعة التجريبية متوسط \pm الانحراف المعياري	
1.8 \pm 9.4	1.2 \pm 12.2	1.8 \pm 6.13	1.4 \pm 11.2	اللياقة البدنية
1.6 \pm 9.1	1.1 \pm 12.7	1.6 \pm 5.1	1.3 \pm 12.05	المهارات الفنية
1.7 \pm 8.00	1.3 \pm 10.01	1.7 \pm 5.00	1.6 \pm 10.6	الالتزام والانضباط
1.6 \pm 8.06	1.3 \pm 11.06	1.6 \pm 6.06	1.3 \pm 11.01	الحضور والمشاركة
1.5 \pm 8.2	1.2 \pm 11.2	1.5 \pm 6.7	1.5 \pm 12.03	الروح الرياضية والسلوك
3.1 \pm 43.76	2.5 \pm 60.71	2.7 \pm 27.99	2.6 \pm 55.39	المجموع الكلي
جيد	ممتاز	يحتاج إلى تحسين	جيد جداً	التقدير العام

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على نتائج الاستبيان باستخدام برنامج التحليل الإحصائي spss

يلاحظ من الجدول (3) وجود فروق واضحة في المتوسطات لصالح المجموعة التجريبية، وأن الانحرافات المعيارية أقل للمجموعة التجريبية، مما يدل على وجود تجانس أعلى في استجابات لاعبي المجموعة التجريبية للبرنامج التحفيزي المتبع، ويوضح ذلك وفقاً لكل محور:

بالنسبة للفرق الرياضية المدرسية (داخل المدرسة):

- **اللياقة البدنية:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (11.2) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (6.13) وهو مستوى يعكس تحسناً ملحوظاً في الجانب البدني بعد تطبيق البرنامج التحفيزي. في تنمية القدرة الهوائية، التحمل، والمرونة، مما رفع من كفاءة اللياقة البدنية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة.

- **المهارات الفنية:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (12.05) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (5.1) مما يشير إلى تطور واضح في المهارات الحركية والفنية المرتبطة بالألعاب الرياضية لدى المجموعة التجريبية، ويمكن تفسير ذلك بتركز البرنامج التحفيزي على تطوير المهارات من خلال أنشطة هادفة وتدرجات تطبيقية، مما أدى إلى تحسن كبير في هذا الجانب لدى التجريبية.

- **الالتزام والانضباط:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (10.6) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (5.0) أن التحفيز ساعد في رفع مستوى الانضباط الذاتي واحترام القواعد داخل النشاط الرياضي. وهذا يعكس قدرة البرامج النفسية التحفيزية على التأثير في السلوك والانضباط، لا الجوانب البدنية فقط.

- **الحضور والمشاركة:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (11.01) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (6.06) أثر البرنامج في زيادة دافعية المراهقين للمشاركة الفعالة في الجلسات الرياضية، وتعزيز الحضور المنتظم. المشاركة في الفرق الخاص غالباً ما تكون طوعية، والنتائج تشير إلى زيادة واضحة في الحافز الذاتي لدى المجربين.

- **الروح الرياضية والسلوك:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (12.02) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (6.7)، وهذا يُعدّ مؤشراً على القيم الأخلاقية كالتعاون، الاحترام، وتقَبُّل الفوز والخسارة. ويبدو أن البرنامج التحفيزي نجح في تنمية هذا الجانب، مما يعكس توازن البرنامج بين الجوانب المهارية والسلوكية.

- **بلغ المتوسط الكلي لأداء المجموعة التجريبية (55.39 درجة من أصل 75)، وهو ضمن فئة التقدير العام "جيد جداً" وفق سلم التقديرات المعتمد، مما يعكس تحسناً ملحوظاً في مختلف محاور الأداء الرياضي. ويعكس هذا المستوى من التقدم فاعلية البرنامج التحفيزي في تعزيز لياقة المشاركين وتطوير مهاراتهم ومشاركاتهم وانضباطهم، فضلاً عن تنمية روحهم الرياضية وسلوكهم الأخلاقي أثناء النشاطات.**

- **في المقابل، سجّلت المجموعة الضابطة متوسطاً كلياً بلغ (27.99 درجة من أصل 75)، وهو ما يقع ضمن فئة التقدير "يحتاج إلى تحسين". وهذا يدل على ضعف في الأداء الرياضي بشكل عام، ويُعزى ذلك إلى عدم خضوع هذه المجموعة لأي تدخل تدريبي أو تحفيزي، مما جعل مستوياتهم تبقى عند الحد الأدنى أو تتدهور نسبياً مقارنة بالمجموعة التجريبية.**

- **إن هذا التباين بين المجموعتين يشير بوضوح إلى أثر البرنامج التحفيزي ودوره الفعّال في تحسين الأداء الرياضي للمراهقين، ويؤكد أهمية التدخلات النفسية والتحفيزية المنظمة داخل البيئات المدرسية لتطوير قدرات الطلبة وتوجيه سلوكهم نحو المشاركة الفعالة، الالتزام، والتفاعل الإيجابي.**

- جميع محاور الأداء الرياضي لدى المجموعة التجريبية للفرق المدرسية والأهلية، تحسنت بشكل ملحوظ في التطبيق البعدي، مقارنة بالمجموعة الضابطة التي ظلت ضمن مستويات ضعيفة أو متدنية. وهذا يؤكد أن البرنامج التحفيزي كان فعالاً في تطوير الأداء العام والجزئي لدى المراهقين. بالنسبة للفرق الرياضية الأهلية (خارج المدرسة):

- **اللياقة البدنية:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (12.2) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (9.4) وهو مستوى يعكس تحسناً ملحوظاً في الجانب البدني بعد تطبيق البرنامج التحفيزي، مما رفع من كفاءة اللياقة البدنية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة. وهو أعلى مما هو عليه في الفرق المدرسي وهذا يشير أن بيئة الفرق الخاص تتيح تدريباً متخصصاً ومكثفاً يعزز من اللياقة.

- **المهارات الفنية:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (12.7) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (9.1) والفرق (3.24 نقطة)، مما يشير إلى تطور واضح في المهارات الحركية والفنية المرتبطة بالألعاب الرياضية لدى المجموعة التجريبية.

- **الالتزام والانضباط:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (10.01) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (8.0) وهي درجة متدنية تُظهر ضعفاً في الالتزام والانضباط داخل النشاط الرياضي مقارنة مع المجموعة التجريبية.

- **الحضور والمشاركة:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (11.06) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (8.06) مما يدل على فتور الحماس وضعف الدافعية للمشاركة المنتظمة في المجموعة الضابطة، والذي يقابله في المجموعة التجريبية التزاماً عالياً بالحضور والمشاركة الإيجابية في النشاط. ويمكن تفسير الزيادة في هذا الجانب لدى التجريبية إلى أساليب التحفيز التي زادت من رغبتهم في التواجد والمساهمة في التمارين الجماعية.

- **الروح الرياضية والسلوك:** سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (11.2) وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (8.2) مما يعكس وجود مشاكل في التعامل والانضباط السلوكي خلال الأنشطة في المجموعة الضابطة والذي يقابله في المجموعة التجريبية مستوى جيد جداً من التعاون وضبط النفس واللعب النظيف. هذا المحور يظهر أثر البرنامج في تعزيز القيم الأخلاقية والروحانية للرياضة، وهو ما انعكس إيجابياً في سلوك أفراد المجموعة التجريبية.

- بلغ المتوسط الكلي لأداء المجموعة التجريبية (60.71 درجة من أصل 75)، وهو ضمن فئة التقدير العام "ممتاز" وفق سلم التقديرات المعتمد، في المقابل، سجلت المجموعة الضابطة متوسطاً كلياً بلغ (43.76 درجة من أصل 75)، وهو ما يقع ضمن فئة التقدير "جيد". أي أن البرنامج التحفيزي الذي تم تطبيقه داخل الفرق الأهلية كان له أثر قوي وفعال في تطوير الأداء الرياضي لدى المراهقين، سواء على المستوى البدني أو المهاري أو السلوكي.

- إن هذا التباين بين المجموعتين يشير بوضوح إلى أثر البرنامج التحفيزي ودوره الفعال في تحسين الأداء الرياضي للمراهقين، ويؤكد أهمية التدخلات النفسية والتحفيزية المنظمة داخل البيئات المدرسية لتطوير قدرات الطلبة وتوجيه سلوكهم نحو المشاركة الفعالة، الالتزام، والتفاعل الإيجابي.

- جميع محاور الأداء الرياضي لدى المجموعة التجريبية تحسنت بشكل ملحوظ في التطبيق البعدي، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

جدول (4) اختبار (T) لتحليل الفروق الاحصائية بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة بعد تطبيق استراتيجية التحفيز في الفرق المدرسية في التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية.

الأداء الرياضي	T	P	هل الفرق دالة إحصائية	معامل التأثير d	الدلالة
اللياقة البدنية	13.3	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	3.3	كبير جداً
المهارات الفنية	16.19	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	3.8	كبير جداً
الالتزام والانضباط	12.66	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	2.39	كبير جداً
الحضور والمشاركة	14.3	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	3.4	كبير جداً
الروح الرياضية والسلوك	13.4	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	3.4	كبير جداً
المقياس العام	43.3	< 0.05	يوجد فروق ذات دالة إحصائية	3.9	كبير جداً

- يلاحظ من الجدول (4): أن

- اللياقة البدنية: ($T = 13.3 . P < 0.001$)، وأثر كبير (3.3) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم في تحسين البنية البدنية والجاهزية الحركية لدى المراهقين في الفرق المدرسية في المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة.

- المهارات الفنية: ($T = 16.18 . P < 0.001$)، وأثر كبير (3.8) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، وهذا يشير لتطور في المهارات الحركية والرياضية في المجموعة التجريبية.

- الالتزام والانضباط : ($T = 12.66 . P < 0.001$)، وأثر كبير (2.39) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم بشكل كبير في تعزيز الانضباط الذاتي والجدية في تنفيذ الحركات الرياضية.

- الحضور والمشاركة : ($T = 12.66 . P < 0.001$)، وأثر كبير (3.4) ، ويوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي يساهم في تحفيز الطلبة على المشاركة الفعالة.

- الروح الرياضية والسلوك: ($T = 13.4 . P < 0.001$)، وأثر كبير (3.4) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم بشكل كبير في تنمية السلوك الرياضي الايجابي والتعاون والاحترام المتبادل.

- المقياس العام للأداء الرياضي: ($T = 43.3 . P < 0.001$)، وأثر كبير (3.9) ، ويوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي المطبق على أفراد المجموعة التجريبية في الفرق المدرسية كان فعالاً في تحسين مستويات الأداء الرياضي بمختلف أبعاده البدنية والسلوكية والفنية.

جدول (5) اختبار (T) لتحليل الفروق الاحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق استراتيجية التحفيز في الفرق الأهلية (خارج المدرسة) في التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية.

الأداء الرياضي	T	P	هل الفرق دالة إحصائية	معامل التأثير d	الدالة
اللياقة البدنية	17.3	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	4.3	كبير جداً
المهارات الفنية	18.19	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	4.8	كبير جداً
الالتزام والانضباط	15.66	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	3.4	كبير جداً
الحضور والمشاركة	15.3	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	3.8	كبير جداً
الروح الرياضية والسلوك	16.4	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	4.2	كبير جداً
المقياس العام	46.3	< 0.05	يوجد فرق ذات دالة إحصائية	4.9	كبير جداً

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على نتائج الاستبيان باستخدام برنامج التحليل الاحصائي spss

- يلاحظ من الجدول (5): أن
- اللياقة البدنية: ($T = 17.3 .P < 0.001$)، وأثر كبير (4.3) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم في تطوير القدرات البدنية داخل بيئة الفرق الأهلية خارج المدرسة والتي غالباً تكون ذات إمكانيات عالية .
- المهارات الفنية: ($T = 18.19 .P < 0.001$)، وأثر كبير (4.8) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، وهذا يدل على دور الاستراتيجية في صقل المهارات الفنية لدى المراهقين
- الالتزام والانضباط : ($T = 15.66 .P < 0.001$)، وأثر كبير (3.4) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم بشكل كبير في تعزيز الانضباط السلوكي داخل البيئة الرياضية.
- الحضور والمشاركة : ($T = 15.3 .P < 0.001$)، وأثر كبير (3.4) ، ويوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي يساهم في تحفيز الطلبة على المشاركة الفعالة والانتظام.
- الروح الرياضية والسلوك: ($T = 16.4 .P < 0.001$)، وأثر كبير (3.4) يوجد فرق ذو دالة إحصائية، وهذا يدل على فعالية البرنامج التحفيزي في ترسيخ الروح الرياضية والاحترام المتبادل
- المقياس العام للأداء الرياضي: ($T = 46.3 .P < 0.001$)، وأثر كبير (3.9) ، ويوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي المطبق على أفراد المجموعة التجريبية في الفرق الأهلية كان فعالاً في تحسين مستويات الأداء الرياضي بمختلف أبعاده البدنية والسلوكية والفنية.
- بالمقارنة بين نتائج الاختبار T وحجم التأثير للأداء الرياضي لمجموعات عينة الدراسة:
- نتائج اختبار (T) وحجم التأثير للعينة في الفرق الأهلية (خارج المدرسة) أكثر بقليل مما هو عليه في الفرق المدرسية.
- أظهرت نتائج اختبار T لمجموعة الفرق المدرسية وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في المحاور الثلاثة لمقياس الأداء الرياضي، وكذلك في المقياس الكلي. وقد تراوحت قيم حجم التأثير (Cohen's d) بين (2.39 - 3.9)، وهي تُعد تأثيرات كبيرة جداً مما يشير إلى فعالية مرتفعة لاستراتيجية التحفيز ضمن البيئة المدرسية.
- نتائج اختبار T لمجموعة الفرق الأهلية (خارج المدرسة) فقد أظهرت كذلك فروقاً دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في جميع المحاور، وقيم حجم التأثير تتراوح بين (3.8 - 4.9). أن التأثير كبيراً جداً، إلا أنه أكثر نسبياً من حجم التأثير في مجموعة الفرق المدرسية.
- تشير هذه النتائج إلى أن مقياس الأداء الرياضي كانت أكثر تأثيراً في الفرق الأهلية مقارنة بالفرق المدرسية، وهو ما يُفسر بعدة عوامل: الطابع التربوي للفرق المدرسية، حيث يتلقى المراهقون تحفيزاً منتظماً في بيئة تعليمية داعمة، والانخراط الإلزامي في الأنشطة المدرسية، ما يعزز من فاعلية أي برنامج تطبيقي، وأن التركيبة الاجتماعية المختلفة في الفرق الأهلية، والتي قد تتسم بتباين الاهتمامات والالتزام من قبل المشاركين.
- تعكس هذه النتائج أهمية السياق البيئي في تطبيق البرامج التحفيزية، وتؤكد أن فاعلية الاستراتيجيات ليست مرتبطة فقط بمحتواها بل أيضاً بمكان تطبيقها.
- كما تبرز النتائج الحاجة إلى تصميم برامج تكاملية تتلاءم مع خصوصية الفرق الأهلية وتستفيد من عناصر الجذب والترفيه فيها.

- الفرق المدرسي في المجتمع العراقي يكون عادة جزء من منظومة تربوية تعليمية مع بيئة تعليمية منضبطة وتفاعل يومي، بينما الفرق الخاص يميل إلى التركيز على الجانب الترفيهي الرياضي وقد لا يوفر القدر من التوجيه النفسي والتربوي المنتظم. أي أن تأثير استراتيجيات التحفيز أقوى قليلاً في البيئة المدرسية منه من البيئات خارج المدرسة.

ثانياً: تأثير استخدام استراتيجيات التحفيز في رفع الدافعية لأفراد العينة:

قد تم تصميم اختبار حل المشكلات لكلا المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة ولكن مع الملاحظة أن الاختبار يستخدم للمجموعة الضابطة بهدف قياس مستوى الدافعية بدون تطبيق البرنامج التحفيزي المتبع حيث يقارن بين أدائهم مع المجموعة التجريبية بينما يستخدم للمجموعة التجريبية بهدف قياس مستوى الدافعية لدى أفراد العينة في الفرق المدرسية والأهلية. وقد أظهرت النتائج تمتع أفراد العينة في المجموعة التجريبية بدوافع متوسطة وذلك بعد الخضوع للبرنامج التحفيزي ويوضح ذلك من خلال مقارنة متوسطات والانحراف المعياري للمجموعتين، كما يلي:

جدول (6) المتوسطات والانحرافات المعيارية لاختبار الدافعية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي.

فرق أهلية (خارج المدرسة)		فرق مدرسية		
المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	التحفيز (الدافعية)
متوسط ±	متوسط ±	متوسط ±	متوسط ±	المتوسط ± الانحراف المعياري
3.61 ± 40.98	3.43 ± 44.22	3.61 ± 37.13	3.43 ± 46.2	التحفيز الداخلي (دافعية ذاتية)
3.55 ± 39.1	3.49 ± 43.05	3.55 ± 37.1	3.49 ± 45.05	التحفيز الخارجي (دافعية خارجية)
3.47 ± 37.13	3.47 ± 45.29	3.58 ± 36.00	3.47 ± 49.10	التحفيز الاجتماعي
0.56 ± 38.9	0.40 ± 44.22	3.56 ± 36.06	3.40 ± 46.3	المقياس الكلي
دافعية ضعيفة	دافعية متوسطة	دافعية ضعيفة	دافعية متوسطة	

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على نتائج الاستبيان باستخدام برنامج التحليل الاحصائي spss يلاحظ من الجدول (6) وجود فروق واضحة في المتوسطات لصالح المجموعة التجريبية، وأن الانحرافات المعيارية أقل للمجموعة التجريبية، مما يدل على وجود تجانس أعلى في استجابات لاعبي المجموعة التجريبية لاستراتيجيات التحفيز، ويوضح ذلك وفقاً لكل محور:

بالنسبة للفرق الرياضية المدرسية:

- التحفيز الداخلي (دافعية ذاتية): سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (46.2) بانحراف معياري 3.43 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (37.13) بانحراف معياري 3.61 وهذا يشير إلى دور البرنامج التحفيزي في تعزيز الدافعية الذاتية للاعبين المراهقين نحو ممارسة النشاط الرياضي، وهذا يشير إلى رغبة داخلية نابعة من شعور اللاعبين بالرضا عن تطبيق استراتيجيات التحفيز.

- التحفيز الخارجي (دافعية خارجية): سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (45.05) بانحراف معياري 3.49 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (43.05) بانحراف معياري 3.55 وهذا يشير إلى زيادة تأثير اللاعبين بالعوامل الخارجية المشجعة (كالمكافآت، التقدير، المدح من المدربين أو الأهل والأصدقاء)، وهذا يدل على فاعلية مؤشر التحفيز الخارجي في البرنامج التحفيزي المطبق.

- التحفيز الاجتماعي: سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (49.1) بانحراف معياري 3.47 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (36.00) بانحراف معياري 0.58، وهذا يشير إلى نجاح البرنامج التحفيزي المطبق على المجموعة التجريبية في تعزيز التفاعل الاجتماعي والاندماج الجماعي والشعور بالانتماء للفريق والدعم من الأقران وهذا ما يعزز روح التعاون الرياضي.

بالنسبة للفرق الرياضية الأهلية (خارج المدرسة):

- التحفيز الداخلي (دافعية ذاتية): سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (44.22) بانحراف معياري 3.43 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (40.98) بانحراف معياري 3.61، وهذا يشير إلى دور البرنامج التحفيزي في تعزيز الدافعية الذاتية للاعبين المراهقين نحو ممارسة النشاط الرياضي، ولا يوجد فرق كبير مقارنة مع نتائج متوسطات في الفرق المدرسية وعلى الرغم من ذلك هذا يدل على وجود دالة تربوية مما يدل على فاعلية البرنامج في البيئة المدرسية.

- التحفيز الخارجي (دافعية خارجية): سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (43.05) بانحراف معياري 3.49 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (39.1) بانحراف معياري 3.55 وهذا يشير إلى زيادة تأثير اللاعبين بالعوامل الخارجية المشجعة (كالمكافآت، التقدير، المدح من المدربين أو الأهل والأصدقاء)، وهذا يدل على فاعلية مؤشر التحفيز الخارجي في البرنامج التحفيزي المطبق.

- التحفيز الاجتماعي: سجل متوسط استجابات لاعبي المجموعة التجريبية (45.29) بانحراف معياري 3.47 وهو أكبر من متوسط استجابات لاعبي المجموعة الضابطة (37.13) بانحراف معياري 3.47، وهذا يشير إلى نجاح البرنامج التحفيزي المطبق على المجموعة التجريبية في تعزيز التفاعل الاجتماعي والاندماج الجماعي والشعور بالانتماء للفريق والدعم من الأقران وهذا ما يعزز روح التعاون الرياضي.

- الواضح أن التأثير الأكبر كان في التحفيز الاجتماعي للمراهقة في الفرق المدرسية والأهلية بفرق (5.63 و 7.29) على الترتيب، ولكن تغلبت الفرق الأهلية (خارج المدرسة) مما يشير أنهم يتأثرون بشكل أكبر بالجماعة والانتماء أكثر من الحوافز الفردية.

- الانحرافات المعيارية تراوحت بين (3-4)، بما يشير إلى وجود تفاوت مقبول بين باستجابات المراهقين، وهذا يعود لتأثر سلوك هذه الفئة العمرية بالعوامل البيئية المحيطة والاجتماعية، باختلاف البيئة الاجتماعية في العراق والاختلاف بين الفرق المدرسية والفرق الأهلية والضغط النفسي والاجتماعي على المراهقين في العراق، تبرر وجود تباين في استجاباتهم لاستراتيجية التحفيز المطبقة.

- أوضحت النتائج الإحصائية على فاعلية استراتيجية التحفيز في تعزيز مختلف جوانب التحفيز (الداخلي - الخارجي) الاجتماعي لدى المراهقين في الفرق المدرسية مقارنة مع اللاعبين الذين لم

يخضعوا لبرنامج التحفيز، وهذا يشير أن استمرار تطبيق الاستراتيجية سيحسن الأداء الرياضي والسلوك الإيجابي تجاه النشاط البدني على المدى الطويل
جدول (7) اختبار (T) لتحليل الفروق الاحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق استراتيجية التحفيز للفروق الرياضية المدرسية

الدلالة	معامل التأثير d	هل الفرق دالة إحصائية	P	T	التحفيز (الدافعية)
كبير جداً	2.17	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	11.18	التحفيز الداخلي (دافعية ذاتية)
كبير جداً	2.14	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	9.19	التحفيز الخارجي (دافعية خارجية)
كبير جداً	2.39	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	13.66	التحفيز الاجتماعي
كبير جداً	2.75	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	10.88	المقياس الكلي

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على نتائج الاستبيان باستخدام برنامج التحليل الاحصائي spss
يلاحظ من الجدول (7): أن التحفيز الداخلي: ($T = 11.18 . P < 0.001$)، يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم بشكل كبير في تعزيز الدافعية الذاتية لدى المراهقين في المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة.
التحفيز الخارجي: ($T = 9.18 . P < 0.001$)، يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن الحوافز والمكافآت فعالة في دفع المراهقين للتفاعل وتحسين الاداء الرياضي.
التحفيز الاجتماعي: ($T = 12.56 . P < 0.001$)، يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي ساهم بشكل كبير في تعزيز الجانب الاجتماعي للمراهقين كالشعور بالانتماء والتفاعل الجماعي.
حجم التأثير: ($d = 2.75$)، يوجد فرق ذو دالة إحصائية، أي أن البرنامج التحفيزي كان له تأثير كبير في تحسين مستويات التحفيز والدافعية لدى المراهقين.

جدول (8) اختبار (T) لتحليل الفروق الاحصائية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة بعد تطبيق استراتيجية التحفيز للفرق الرياضية الأهلية

الدلالة	معامل التأثير d	هل الفرق دالة إحصائية	P	T	التحفيز (الدافعية)
كبير جداً	1.91	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	7.92	التحفيز الداخلي (دافعية ذاتية)
كبير جداً	1.8	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	9.23	التحفيز الخارجي (دافعية خارجية)
كبير جداً	1.97	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	8.14	التحفيز الاجتماعي
كبير جداً	2.5	يوجد فروق ذات دالة احصائية	< 0.05	10.41	المقياس الكلي

يلاحظ من الجدول (8): أن جميع نتائج الاختبار (T) ($P < 0.001$) تدل على وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبيية والضابطة في الفرق الأهلية خارج المدرسة على جميع محاور استبانة التحفيز، ويؤكد على فاعلية استراتيجية التحفيز في تحسين الدافعية لدى المراهقين. وكما يلاحظ ووجود تأثير كبير لتطبيق البرنامج التحفيزي ($d=2.5$) على دافعية وتحفيز المراهقين بالنسبة كافة محاور التحفيز.

بالمقارنة بين نتائج الاختبار T وحجم التأثير لتطبيق الاستراتيجية التحفيزية لمجموعات عينة الدراسة:

- نتائج اختبار (T) وحجم التأثير للعينة في الفرق الرياضية الأهلية خارج المدرسة أقل بقليل مما هو عليه في الفرق الرياضية المدرسية داخل المدرسة.

- أظهرت نتائج اختبار T للمجموعات في الفرق المدرسية وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبيية والضابطة في المحاور الثلاثة لاستبانة التحفيز (التحفيز الداخلي، التحفيز الخارجي، التحفيز الاجتماعي)، وكذلك في المقياس الكلي. وقد تراوحت قيم حجم التأثير (Cohen's d) بين (2.14 - 2.75)، وهي تُعد تأثيرات كبيرة جداً مما يشير إلى فعالية مرتفعة لاستراتيجية التحفيز ضمن البيئة المدرسية.

- نتائج اختبار T للمجموعات في الفرق الأهلية خارج المدرسة فقد أظهرت كذلك فروقاً دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبيية والضابطة في جميع المحاور، وقيم حجم التأثير تتراوح بين (1.8 - 2.50). ورغم أن التأثير لا يزال كبيراً جداً، إلا أنه أقل نسبياً من حجم التأثير في مجموعة الفرق المدرسية.

- تشير هذه النتائج إلى أن استراتيجية التحفيز كانت أكثر تأثيراً في الفرق المدرسية الرياضية مقارنة بالفرق الأهلية الرياضية، وهو ما يُفسر بعدة عوامل: الطابع التربوي للفرق المدرسية، حيث يتلقى المراهقون تحفيزاً منتظماً في بيئة تعليمية داعمة، والانخراط الإلزامي في الأنشطة المدرسية، ما

يعزز من فاعلية أي برنامج تطبيقي، وأن التركيبة الاجتماعية المختلفة في الفرق الأهلية، والتي قد تتسم بتباين الاهتمامات والالتزام من قبل المشاركين.

- تعكس هذه النتائج أهمية السياق البيئي في تطبيق البرامج التحفيزية، وتؤكد أن فاعلية الاستراتيجيات ليست مرتبطة فقط بمحتواها بل أيضاً بمكان تطبيقها.

- كما تبرز النتائج الحاجة إلى تصميم برامج تكاملية تتلاءم مع خصوصية الفرق الرياضية الأهلية وتستفيد من عناصر الجذب والترفيه فيها.

- الفرق الرياضي المدرسي في المجتمع العراقي يكون عادة جزء من منظومة تربوية تعليمية مع بيئة تعليمية منضبطة وتفاعل يومي، بينما الفرق الأهلية يميل إلى التركيز على الجانب الترفيهي الرياضي وقد لا يوفر القدر من التوجيه النفسي والتربوي المنتظم. أي أن تأثير استراتيجية التحفيز أقوى قليلاً في البيئة المدرسية منه من البيئات خارج المدرسة.

يوضح الجدول (9) معامل الارتباط بيرسون بين استخدام استراتيجية التحفيز والأداء الرياضي لدى المجموعة التجريبية (للفرق داخل المدرسة - خارج المدرسة) في التطبيق البعدي:

جدول (9) معامل الارتباط بيرسون بين استخدام استراتيجية التحفيز والأداء الرياضي لدى المجموعة التجريبية (للفرق الرياضية المدرسية داخل المدرسة - الفرق الرياضية الأهلية خارج المدرسة) في التطبيق البعدي:

اتجاه العلاقة	قوة العلاقة	مستوى الدلالة (sig) $P < 0.05$	R	الفرق المدرسية
موجبة	قوية	0.000	0.82	الفرق المدرسية
موجبة	قوية جداً	0.000	0.89	الفرق الأهلية

المصدر: من عمل الباحث بالاعتماد على نتائج الاستبيان باستخدام برنامج التحليل الاحصائي spss يلاحظ من الجدول (9):

- وجود علاقة طردية قوية وذات دالة إحصائية بين استخدام استراتيجية التحفيز وفق البرنامج التحفيزي المصمم وتحسن الأداء الرياضي للمجموعة التجريبية في الفرق الرياضية المدرسية، حيث بلغ معامل الارتباط ($r=0.82$) وكانت القيمة الاحتمالية ($P < 0.05$).

- وجود علاقة طردية قوية جداً وذات دالة إحصائية بين استخدام استراتيجية التحفيز وفق البرنامج التحفيزي المصمم وتحسن الأداء الرياضي للمجموعة التجريبية في الفرق الرياضية الأهلية، حيث بلغ معامل الارتباط ($r=0.89$) وكانت القيمة الاحتمالية ($P < 0.05$).

- تشير هذه النتائج على وجود علاقات قوية بين مستوى التحفيز ومستوى الأداء الرياضي في كلا البيئتين (داخل المدرسة- خارج المدرسة)، أي كلما ارتفع مستوى التحفيز المقدم للمراهقين، سيرتفع مستوى الأداء الرياضي، والعلاقة الأقوى كانت للفرق خارج المدرسة والذي يعود إلى الاستعداد النفسي والبدني الأكبر استجابة للتحفيز بسبب البيئة التدريبية الأكثر احترافية.

ثالثاً: اختبار الفرضيات:

لاختبار فرضيات الدراسة، قام الباحث بصياغة الفرضيات، وحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واستخدام اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي الأداء في الاختبار البعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، الجدول (10):

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية $0.05 \leq \alpha$ بين متوسط استجابات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لاختبار الأداء الرياضي بعد تطبيق البرنامج التحفيزي.

الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية $0.05 \leq \alpha$ بين متوسط استجابات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لاختبار الأداء الرياضي بعد تطبيق البرنامج التحفيزي.

جدول (10) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ((t)) ومستوى دلالة مجموعتين لتجريبية والضابطة لاختبار الأداء الرياضي في التطبيق البعدي.

المتغير	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	t	قيمة الدلالة
اختبار الأداء الرياضي	تجريبية	40	55.39	1.158	46.3	>0.001
	ضابطة	40	27.99	4.19		
اختبار التحفيز (الدافعية)	تجريبية	40	46.3	1.158	10.88	>0.001
	ضابطة	40	36.06	5.19		
اختبار الأداء الرياضي	تجريبية	40	60.71	1.158	43.3	>0.001
	ضابطة	40	43.76	2.8		
اختبار التحفيز (الدافعية)	تجريبية	40	44.22	1.23	10.41	>0.001
	ضابطة	40	38.9	2.19		

المصدر: عمل الباحث

قيمة ((t)) الجدولية عند درجة حرية (78) وعند مستوى دلالة $0.05 (\alpha \leq 2.00)$
 قيمة ((t)) الجدولية عند درجة حرية (78) وعند مستوى دلالة $0.01 (\alpha \leq 2.66)$
 يتضح من الجدول (10) :

- بالنسبة للفرق الرياضية المدرسية (داخل المدرسة):

- أن المتوسط الحسابي في التطبيق للعينة التجريبية يساوي (55.39) وهو أكبر من المتوسط الحسابي في التطبيق للعينة الضابطة الذي يساوي (27.99) ، ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات استجابات أفراد المجموعتين في القياس البعدي لاختبار الأداء الرياضي لصالح المجموعة التجريبية، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير اختبار الدافعية بعد تطبيق استراتيجية التحفيز. أن تطبيق تقنية استراتيجية التحفيز له تأثير كبير في تنمية الدافعية للمراهقين لتحسين الأداء الرياضي في البيئة المدرسية.

- بالنسبة للفرق الرياضية الأهلية (خارج المدرسة):

- أن المتوسط الحسابي في التطبيق للعينة التجريبية يساوي (60.71) وهو أكبر من المتوسط الحسابي في التطبيق للعينة الضابطة الذي يساوي (43.76) ، ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند

مستوى (0.05) بين متوسطات استجابات أفراد المجموعتين في القياس البعدي لاختبار الأداء الرياضي لصالح المجموعة التجريبية، وبذلك نرفض الفرضية ونقبل الفرضية البديلة.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير اختبار الدافعية بعد تطبيق استراتيجية التحفيز. أن تطبيق تقنية استراتيجية التحفيز له تأثير كبير في تنمية الدافعية للمراهقين لتحسين الأداء الرياضي في البيئة خارج المدرسة.

النتائج:

1. فاعلية استراتيجية التحفيز على الأداء: أثبتت النتائج التجريبية وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الأداء الرياضي بعد تطبيق البرنامج التحفيزي، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعات التجريبية في كلتا البيئتين المدرسين (المدارس والأهلية)، مما يؤكد الفاعلية المرتفعة للاستراتيجية التحفيزية في تحسين الأداء لدى المراهقين.

2. العلاقة الارتباطية بين التحفيز والأداء: وُجدت علاقات ارتباطية موجبة وقوية بين مستوى التحفيز ومستوى الأداء الرياضي في كل من الفرق المدرسية والفرق الأهلية، مما يشير إلى أن زيادة التحفيز المقدم للمراهقين تقابلها زيادة في مستوى أدائهم. وقد كانت هذه العلاقة أقوى في الفرق الأهلية.

3. التأثير التفاضلي حسب البيئة: كانت فاعلية استراتيجية التحفيز الإجمالية على الأداء والدافعية أقوى قليلاً ضمن البيئة المدرسية (حيث تراوحت قيم حجم التأثير Cohen's d بين 2.14 - 2.75) مقارنة بالفرق الأهلية (حيث تراوحت بين 1.8 - 2.50)، ويُفسر ذلك بالطابع التربوي المنضبط والمنظومة التعليمية الداعمة التي تتسم بها الفرق المدرسية.

4. تعزيز جوانب الدافعية الاجتماعية: أظهرت النتائج الإحصائية أن الاستراتيجية التحفيزية كانت فعالة في تعزيز جميع جوانب التحفيز (الداخلي والخارجي والاجتماعي). وقد برز التحفيز الاجتماعي كأكثر جوانب الدافعية تأثراً بالبرنامج في كلتا البيئتين، مع تفوق طفيف للفرق الأهلية، مما يشير إلى تأثر المراهقين بالعوامل الجماعية والانتماء في استجاباتهم.

التوصيات:

1. تصميم برامج تكاملية تتلاءم مع خصوصية الفرق الرياضية الأهلية وتستفيد من عناصر الجذب والترفيه فيها.

2. تعميم البرنامج التحفيزي على الفرق والمدارس الرياضية لفعاليتها في رفع مستوى الأداء الرياضي.

3. تدريب المدربين والمشرفين التربويين على أساليب التحفيز النفسي والسلوكي الملائمة للفئة العمرية للمراهقين.

4. العمل على تنمية العلاقة بين المدرب واللاعبين وبين اللاعبين داخل الفريق والمحيط الخارجي.

5. إجراء المزيد من الدراسات حول أثر أنواع مختلفة من التحفيز (خارجي - داخلي - لفظي - مادي) على فئات عمرية مختلفة.

6. الاهتمام بالبيئة النفسية والاجتماعية داخل الفرق، لما لها من أثر كبير على استجابة الأفراد للتحفيز.

7. تطوير برامج تحفيزية مستدامة تواكب مراحل النمو والتغيرات النفسية لدى المراهقين، مع مراعاة الفروق الفردية.

الخاتمة

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن التحفيز المنظم يمكن أن يكون أداة فعالة لتحسين الأداء الرياضي لدى المراهقين، خاصة عند تقديمه ضمن بيئة تربوية داعمة تأخذ بعين الاعتبار الخصائص النفسية للمراهقين. لقد أثبت البرنامج التجريبي التحفيزي قدرته على التأثير الإيجابي في أداء المراهقين في

كل من الفرق المدرسي والأهلي، لكن بدرجات متفاوتة، حيث تعتبر الدافعية والتحفيز هي المحرك الأساسي في تحسين الأداء الرياضي.

وتؤكد هذه النتائج أهمية دمج استراتيجيات التحفيز في المناهج التدريبية والتربوية المعتمدة في الفرق والمدارس، وتشير إلى ضرورة تطوير برامج تتناسب مع طبيعة البيئة المحيطة والمؤسسات المستهدفة.

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج نأمل أن تكون مرجعاً لدراسات أخرى في المجال ومنازل للمختصين في مجال الأداء الرياضي ليسير على الطريق الصحيح بداية من ايجاد الاستراتيجيات التحفيزية الناجحة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيه نحو التأهيل الصحيح.

الهوامش:

- 1-أمان الله، 2015
- 2-شنيق، 2007، ص.22
- 3-جوادي، 2020.
- 4-محموظ، 2022.
- 5-عبد الخالق، 1992، ص.268
- 6-أحمد، 2021، ص.59
- 7-عفانة، 2000، ص.42.

المراجع:

1. بهادر، سعدية محمد. *بسيكولوجية المراهقة*. دار النشر، 2005.
2. عبد الخالق، عصام. *التدريب الرياضي*. ط1، دار الفكر، 1992.
3. علاوي، محمد حسن. *علم النفس الرياضي*. ط2، دار المعارف، 1995.
4. عفانة، عزو. "حجم التأثير واستخداماته في الكشف عن مصداقية النتائج في البحوث التربوية والنفسية". *مجلة البحوث والدراسات التربوية الفلسطينية*، جمعية البحوث والدراسات التربوية الفلسطينية، عدد (3)، 2000، ص.29-58.
5. محموظ، قطاوي. "استراتيجيات التحفيز المطبقة من طرف مدربي فئة أوسط وأكابر كرة القدم جهوى عنابة". *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، جامعة محمد الشريف مساعديه، مج. 19، ع. 1، 2022، ص.164-174.
6. جوادي، علي. "التحفيز وعلاقته بأداء لاعبي نوادي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية (دراسة ميدانية لبعض نوادي القسم الممتاز أولمبي الوادي، بريكة وعين التوتة)". *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مج. 4، ع. 11، 2019، ص.289-300.
7. أمان الله، رشيد. "الدافعية وانعكاساتها على رضا لاعبي كرة القدم". *مجلة الإبداع الرياضي*، مج. 1، ع. 17، 2015.
8. أحمد، لقوي. "علاقة المدرب والتحفيز برفع مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجمباز (دراسة ميدانية لنادي الجزائر الوسط للجمباز ولاية الجزائر العاصمة)". *أطروحة دكتوراه علوم*، جامعة الجزائر 3، 2021.
9. شنيق، عبد العزيز. "الحوافز والفعالية التنظيمية". رسالة جامعية، جامعة 20 أغسطس، 2007.

References:

1. Abdel Khaleq, Issam. *Sports Training*. 1st ed., Dar Al-Fikr, 1992.
2. Afana, Azou. "Effect Size and Its Uses in Detecting the Credibility of Results in Educational and Psychological Research." *Palestinian Journal of Educational Research and Studies*, Palestinian Educational Research and Studies Association, issue 3, 2000, pp. 29-58.
3. Ahmed, Laqouqi. *The Relationship between Coaching and Motivation in Raising the Level of Motivation for Athletic Achievement among Gymnasts (A Field Study of the Central Algiers Gymnastics Club, Algiers Province)*. 2021. PhD thesis, University of Algiers 3.
4. Alawi, Muhammad Hassan. *Sports Psychology*. 2nd ed., Dar Al-Maaref, 1995.
5. Aman Allah, Rashid. "Motivation and Its Impact on Football Player Satisfaction." *Journal of Sports Creativity*, vol. 1, no. 17, 2015.
6. Bahader, Saadia Muhammad. *Adolescent Psychology*. Publishing House, 2005.
7. Jawadi, Ali. "Motivation and Its Relationship to the Performance of Handball Club Players During Sports Competition (A Field Study of Some Premier Division Clubs: Olympique El Oued, Brika, and Ain Touta)." *Journal of Researcher in Humanities and Social Sciences*, vol. 4, no. 11, 2019, pp. 289-300.
8. Mahfouz, Qattawi. "Motivational Strategies Applied by Junior and Senior Football Coaches in the Annaba Region." *Scientific Journal of Sciences and Technology for Physical and Sports Activities*, vol. 19, no. 1, 2022, pp. 164-174.
9. Shanbaq, Abdel Aziz. *Incentives and Organizational Effectiveness*. 2007. Thesis, August 20 University.

Measuring the Effectiveness of Motivational Strategies in Improving Athletic Performance in Adolescents

Lec. Dr. Shakir Sarih Gailan

Ministry of Education

bstractarabi88net@gmail.com

Abstract:

This study aimed to measure the effectiveness of a motivational strategy in Improving the athletic performance of adolescents involved in school and private sports clubs in Baghdad. The study employed a quasi-experimental approach based on experimental and control groups. The total sample consisted of 160 adolescents. evenly distributed between the two club types. and then divided into experimental and control subgroups.

A structured motivational program was applied to the experimental groups. while the control groups continued with their usual activities without intervention. Pre- and post-tests were conducted to assess athletic performance. and data were analyzed using the T-test to examine differences in means. in addition to calculating Cohen's d effect size and the statistical significance level.

The results revealed statistically significant differences in favor of the experimental groups. with effect sizes ranging from moderate to large. indicating the effectiveness of the motivational strategy in enhancing athletic performance.

Keywords: Motivation strategy – athletic performance – adolescents .