

رشد و یادگیری حرکتی - ورزشی - تابستان ۱۳۸۹

شماره ۵ - ص ص : ۱۳۴-۱۱۷

تاریخ دریافت : ۱۵ / ۰۶ / ۸۸

تاریخ تصویب : ۱۶ / ۱۲ / ۸۹

جفت شدن ویژگی شخصیتی رقابت جویی و نوع محیط تمرینی در یادگیری یک مهارت ورزشی

۱. علی حبیبی^۱ - ۲. احمد رضا موحدی - ۳. مریم نزاکت الحسینی - ۴. شهین جلالی - ۵. جلیل مرادی
۵. کارشناس ارشد دانشگاه اصفهان، ۲ و ۳. استادیار و عضو هیات علمی دانشگاه اصفهان، ۴. استادیار و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی (واحد علوم و تحقیقات)

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی جفت شدن ویژگی شخصیتی رقابت جویی و نوع محیط تمرینی در یادگیری یک مهارت ورزشی (پرتاب آزاد بسکتبال) بود. نمونه تحقیق، ۶۰ دانشجوی مرد (سن $21/76 \pm 1/5$ سال) بودند. ابتدا از پرسشنامه جهت گیری ورزشی (با ضریب پایایی ۰/۹۰)، برای تشخیص افراد با خصیصه رقابت جویی و غیررقابت جویی استفاده شد. روایی و پایایی این پرسشنامه را بهرام و همکاران (۱۳۸۲) تایید کرده است. آزمودنی های هر گروه با استفاده از امتیازات پیش آزمون، به دو گروه همسان تقسیم شدند. در نتیجه چهار گروه تمرینی به وجود آمد. گروه ها در محیط تمرینی رقابتی و غیررقابتی به مدت ۱۰ جلسه (۱۵ کوشش در هر جلسه) به تمرین تکلیف ملاک پرداختند. از آزمون پرتاب آزاد بسکتبال (آزمون ایفرد) و پرسشنامه ورزش گرایی به عنوان ابزار پژوهش استفاده شد. آزمون یادداری ده روز پس از آخرین جلسه تمرین گرفته شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر، تحلیل واریانس و آزمون های تعقیبی در سطح $\alpha = 0/05$ صورت پذیرفت. نتایج نشان داد که افراد رقابت جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت جو در محیط تمرینی غیر رقابتی نتایج بهتری را کسب کردند. همچنین گروه تمرین در محیط غیررقابتی در آزمون یادداری افت معناداری داشتند. نتایج حاضر از فرضیه منطقه عملکرد بهینه و دیدگاه تعاملی حمایت می کند.

واژه های کلیدی

ویژگی رقابت جویی، محیط تمرینی رقابتی، محیط تمرینی غیررقابتی، یادگیری حرکتی.

مقدمه

بی شک اهمیت رقابت به عنوان جزء جدایی ناپذیر از ورزش، انکارناپذیر است و به طور معمول توانایی‌های ورزشکاران حرفه‌ای و مبتدی در شرایط رقابتی سنجیده می‌شود. بررسی تفاوت‌های فردی که روان شناسی افتراقی^۱ خوانده می‌شود، به یکی از موضوعات مهم در روان شناسی ورزش تبدیل شده است. روان شناسی افتراقی به مطالعه تفاوت‌های فردی در مقایسه با رفتار هنجار یا رفتار دیگران می‌پردازد. یکی از موضوعات مورد بحث در روانشناسی افتراقی، تفاوت‌های افراد در میزان رقابت‌جویی آنهاست که در میان افراد مختلف، متفاوت است. رقابت‌جویی دارای مبانی نظری در حیطه انگیزش پیشرفت و انگیزش است. رقابت، یک فاکتور انگیزشی است که موجب افزایش انگیزش می‌شود و فرایندی است که طی آن عملکرد یک شخص با برخی استانداردها و با حضور دست‌کم شخص دیگری که از مقیاس آگاهی دارد و می‌تواند فرایند مقایسه را ارزیابی کند، مقایسه می‌شود. به طور معمول انگیزش پیشرفت در ورزش، رقابت‌جویی نامیده می‌شود. روان‌شناسان معتقدند انگیزش پیشرفت (رقابت‌جویی) میل و اشتیاق یا تلاش و کوششی است که شخص برای دستیابی به هدفی یا تسلط بر اشیا و امور یا افراد و اندیشه‌ها و رسیدن به معیار عالی از خود نشان می‌دهند. این میل و کوشش در افراد رقابت‌جو زیاد و در افراد غیررقابت‌جو کم است. به نظر مارتینز رقابت‌جویی، رفتاری برای پیشرفت در شرایط رقابتی بوده و عامل اصلی در آن ارزشیابی اجتماعی است (۱۸).

دیدگاه‌های مختلفی درباره رقابت و رقابت‌جویی وجود دارد. دیدگاه فردمداری^۲ بر خصیصه‌های فردی تاکید دارد و آنها را عامل اصلی در انگیزش می‌داند. دیدگاه موقعیت‌مداری^۳، مهم‌ترین عامل انگیزشی مؤثر بر رفتار را شرایط محیطی می‌داند. دیدگاه تعاملی^۴، به تعامل بین فرد و موقعیت در ایجاد رفتار انگیزشی معتقد است، که بهترین شیوه برای درک انگیزش، بررسی تعامل عوامل مربوط به فرد و محیط است. در حال حاضر، رقابت‌جویی از دیدگاه فردمداری به سمت دیدگاه تعاملی، که در تعامل با موقعیت و محیط رقابت است، در حال حرکت است. بنابراین برای بررسی عوامل مؤثر در برانگیختن افراد، باید به عوامل فردی و شرایط محیطی توجه داشت (۱۹).

-
- 1- Differential psychology
 - 2- Individualism approach
 - 3- Situationalism approach
 - 4- Interactionism approach

در تحقیق حاضر نیز تعاملی در یادگیری یک مهارت ورزشی بررسی می‌شود. از سوی دیگر، یکی از عوامل بسیار مرتبط با موضوع رقابت، بحث انگیزتگی است و براساس نظریه بوت^۱، رقابت، یکی از منابع مهم ایجاد انگیزتگی به شمار می‌رود (۱۸). مدارک فیزیولوژی عصبی نیز نشان می‌دهند که رقابت موجب افزایش انگیزتگی می‌شود (۶). همچنین پژوهشگران زیادی، رقابت را برای ایجاد انگیزتگی پیشنهاد و استفاده کردند (۲۳، ۱۰).

براساس نظریه U وارونه^۲ (۲۶)، اجرای ماهرانه و مطلوب هر تکلیفی، یک سطح بهینه یا سطح متوسط برای انگیزتگی وجود دارد و اوج عملکرد با افزایش یا کاهش انگیزتگی نسبت به سطح بهینه افت خواهد کرد. براساس نظریه سائق^۳ (۱۰)، افراد ماهر در بیشترین حالت رقابتی به اوج اجرای خود دست پیدا می‌کنند. نظریه منطقه عملکرد بهینه^۴ (۲۰) بر تفاوت‌های فردی تاکید و اظهار می‌کند که هر ورزشکار سطحی از اضطراب را برای خودش ترجیح می‌دهد و این سطح منطقه عملکرد بهینه او نامیده می‌شود. مدل فاجعه^۵ (۲۱) بیان می‌دارد وقتی ورزشکار دچار اضطراب شناختی بالا می‌شود، یک افزایش نهفته در انگیزتگی بالاتر از سطح بهینه می‌تواند افت چشمگیری، را در عملکرد بوجود آورد. براساس نظریه معکوس^۶، چگونگی اثرگذاری انگیزتگی بر اجرا به تفسیر فرد از سطوح انگیزتگی خودش بستگی دارد. اگر انگیزتگی لذت‌بخش تفسیر شود، اجرا تسهیل و اگر انگیزتگی نامطلوب تفسیر شود، اجرا تضعیف خواهد شد.

اولین تحقیقی که تأثیر رقابت را بر عملکرد سنجید، تحقیق تریپلت^۷ (۱۸۹۸) بود. تریپلت نشان داد که دوچرخه‌سواران، زمانی که در کنار دوچرخه‌سوار دیگری به رقابت می‌پردازند، نسبت به زمانی که با یک ساعت رکورد می‌گیرند، رکوردهای بهتری را بر جای می‌گذارند (۲۳). پمبرتون و کوکس^۸ (۱۹۸۱)، کوکس^۹ (۱۹۸۲)، در تحقیقات خود، آثار تسهیل‌کنندگی رقابت بر یادگیری را مشاهده نکردند (۶). نوتبوم^{۱۰} (۲۰۰۱) دریافت که سطوح زیاد انگیزتگی شناختی و فیزیولوژیکی با کاهش پایداری اجرا در یک آزمون گرفتن با انگشتان دست

1 - Butt

2 - Inverted U theory

3 - Drive theory

4 - Zone of Optimal Functioning

5 - Catastrophe model

6 - Reversal theory

7 - Triplett

8 - Pemberton & Cox

9 - Cox

10 - Noteboom

همراه است (۲۲). اما همه محققان با این نتیجه موافق نیستند و نتایج ضد و نقیضی را به دست آورده‌اند. وینر^۱ (۱۹۶۶) مطرح کرد که تفاوت‌های موجود در حافظه، با شرایط انگیزشی متفاوت حاصل از رقابت، به این صورت است که افزایش انگیزشی هنگام شکل‌گیری حافظه موجب مقاومت بیشتر اثر حافظه در مقابل تداخل می‌شود و یا در مقابل زوال اثر حافظه بیشتر مقاومت می‌کند. مارتینوک و ونگر^۲ (۱۹۷۰)، سیج و بنت^۳ (۱۹۷۳) با انجام تحقیقی افزایش انگیزشی را بر یادگیری مفید ذکر کردند. در هر دو تحقیق آزمودنی‌ها تکلیف پیروی سنج چرخان را در شرایط انگیزشی و عدم انگیزشی انجام دادند. در پایان نمره‌های آنها که در شرایط انگیزشی تمرین کردند، به نحو چشمگیری از گروه دیگر بیشتر بود (۶).

سورنتینو و شپارد (۱۹۷۸) در تحقیق بر روی ۷۷ دانشجو، به بررسی الگوی تعاملی (تعامل بین فرممداری و موقعیت‌مداری) پرداختند و مشاهده کردند افرادی که به شرکت در بخش امدادی شنا تمایل دارند، در بخش امدادی رکورد بهتری را نسبت به زمانی که به‌تنهایی شنا می‌کردند، کسب کردند و برعکس، محققان در پایان پیشنهاد کردند که آگاهی از جهت‌گیری انگیزشی شناگران، بهترین شیوه پیش‌بینی عملکرد آنها نیست و برای پیش‌بینی صحیح باید به تعامل بین جهت‌گیری انگیزشی و موقعیت محیطی توجه داشت (۱۹).

فرانکن و همکاران (۱۹۹۴) در تحقیق بر روی دانشجویان ورزشکار، نشان دادند که عوامل شخصیتی رقابت‌جویی و موقعیت رقابت در زمینه‌های ورزشی بر انتخاب نوع رشته ورزشی مؤثر است (۱۷). کولت^۴ و همکاران (۱۹۹۶) ارتباط بین اجرا و انگیزشی (میزان مقاومت پوستی) را در مهارت‌های مختلف حرکتی بررسی کردند و نتیجه گرفتند که ارتباط بین اجرا و انگیزشی فقط در تکلیف ساده برقرار بود (۱۶). کر^۵ و همکاران (۱۹۹۷) در پژوهشی ارتباط اجرای تیراندازی باکمان و انگیزشی را بررسی کردند. نتایج این تحقیق، این نظریه را که اجرای تیراندازی با کمان در شرایط انگیزشی کم بهتر می‌شود، رد کرد (۲۱). لیندندر و کر^۶ (۲۰۰۱) در تحقیق بر روی دانشجویان هنگ کنگی، نشان دادند که شرکت در نوع فعالیت بدنی و ورزشی، تحت تاثیر دو عامل فردی و موقعیتی است (۲۲).

-
- 1- Weiner
 - 2- Martinivk & Vinger
 - 3- Sage & Bennett
 - 4- Collet
 - 5- Kerr
 - 6- Lindner & Kerr

بهرام و شفیع زاده (۱۳۸۲) در تحقیق بر روی ۶۴۰ دانش آموز دختر و پسر دبیرستانی از طریق پرسشنامه ورزش گرای، نشان دادند که عوامل درون فردی و موقعیتی در مجموع بر رفتار ورزشی مؤثرند و افرادی که حس رقابت جویی بیشتری دارند، به ورزش هایی می پردازند که در آنها جنبه های رقابت مثل پیروزی، تسلط بر دیگران و برتری جویی از طریق مبارزه طلبی مستقیم با حریف مورد تأکید است (۳).

موحدی^۱ و همکاران (۲۰۰۷) دو گروه از آزمودنی ها را در دو نوع محیط تمرینی انگیزتگی بالا و پایین در مهارت پرتاب آزاد بسکتبال بررسی کردند. یافته ها نشان داد که اکتساب و یادداری در هر دو محیط تمرین صورت گرفت و اختلاف معنی داری در آزمون اکتساب و یادداری بین گروه ها مشاهده نشد، ولی گروه ها وقتی در انگیزتگی متفاوت از انگیزتگی دوره تمرین آزمون قرار شدند، افت معنی داری را در عملکرد تجربه کردند (۲۳). فرزانه (۱۳۸۷) تحقیقی بر روی ۲۰ دانشجوی مرد، در مهارت پرتاب دارت انجام داد. آزمودنی ها به صورت تصادفی به دو گروه تمرین در شرایط رقابتی و غیررقابتی تقسیم شدند و به مدت ۱۰ جلسه و هر جلسه ۴۰ کوشش پرتاب دارت انجام دادند. نتایج نشان داد که میان گروه های رقابتی و غیررقابتی از لحاظ آماری تفاوت معنی دار آماری وجود نداشت (۱۱).

در بیشتر پژوهش های انجام گرفته، فقط اثر موقعیت محیط بر عملکرد و در برخی تحقیقات نیز فقط عامل ویژگی شخصیتی رقابتی بررسی شده است. در تحقیقات بسیار کمی تعامل موقعیت رقابت و ویژگی شخصیتی رقابت جویی بررسی شده و این تحقیقات بسیار کم نیز بر روی افراد ماهر بدون جلسات آموزشی صورت گرفته است. بنابراین لازم است تعامل فرد و محیط بر یادگیری یک مهارت ورزشی بررسی شود. ویژگی تقریباً منحصر به فرد تحقیق حاضر، کنترل کردن موقعیت محیط رقابتی و ویژگی شخصیتی رقابت جویی در افراد و بررسی آن در طول یادگیری یک مهارت ورزشی می باشد. در هیچ تحقیقی، نمونه ها براساس رقابت جو بودن یا نبودن، همسان سازی و سپس تمرین داده نشده اند. بنابراین هدف اصلی انجام این پژوهش، بررسی تعامل بین موقعیت رقابت و ویژگی شخصیتی رقابت جویی در یادگیری یک مهارت ورزشی است.

روش تحقیق

جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر، دانشجویان ۴۰ کلاس تربیت بدنی عمومی (۶۰۰ نفر) دانشگاه اصفهان بودند که در نیمسال اول سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ واحد تربیت بدنی عمومی را اخذ کرده بودند. نمونه‌گیری این تحقیق به صورت تصادفی خوشه‌ای صورت گرفت، که از تمام کلاس‌های تربیت بدنی عمومی تعداد پنج کلاس انتخاب شد. سپس پرسشنامه سوگیری ورزشی گیل در میان این افراد توزیع شد و براساس نمره‌های پرسشنامه، ۳۰ نفر از افرادی که بیشترین نمره‌ها را کسب کردند، به عنوان افراد با خصیصه شخصیتی رقابت‌جویی و ۳۰ نفر از افراد با کمترین نمره‌ها به عنوان افراد با خصیصه شخصیتی غیررقابت‌جویی انتخاب شدند. آزمودنی‌ها به صورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند و هیچ‌گونه سابقه‌ای در زمینه تمرین بسکتبال نداشتند. همچنین همه سالم بودند و مشکل جسمانی نداشتند. هر یک از گروه‌های با ویژگی رقابت‌جویی و غیررقابت‌جویی، به صورت کاملاً مجزا، براساس نمره پیش‌آزمون به یک دو گروه محیط تمرینی رقابتی و غیررقابتی تقسیم شدند، در نتیجه چهار گروه تمرینی به وجود آمد.

ابزار اندازه‌گیری

۱) پرسشنامه سوگیری ورزشی "SOQ" گیل

این پرسشنامه، مقیاسی از سوگیری رقابتی است و ۲۵ سؤال دارد که سوگیری پیشرفت ویژه ورزش یا به طور اختصاصی رقابت را می‌سنجد، که به پرسشنامه سوگیری ورزش نیز معروف است. پرسشنامه سوگیری ورزشی، دارای سه خرده مقیاس، رقابت‌جویی^۱ (۱۳ سؤال)، پیروزی‌گرایی^۲ (۶ سؤال) و هدف‌گرایی^۴ (۶ سؤال) می‌باشد که بر اساس مقیاس لیکرت ۵ امتیازی نمره گذاری می‌شود و با جمع کردن امتیاز هر خرده مقیاس، می‌توان به نمره آن پی برد. این پرسشنامه در تحقیقات متعددی استفاده شده است (۳،۷). پرسشنامه مذکور

1- Sport Orientation Questionnaire

2- Competitive orientation

3- Win orientation

4- Goal orientation

توسط گیل (۱۹۸۸) توسعه یافت و خرده مقیاس‌های آن قابلیت استفاده هم به صورت مجزا و هم به صورت مرتبط باهم را دارد. علاوه بر این، روایی محتوایی بخش رقابت جویی پرسشنامه مورد استفاده در پژوهش حاضر، با توجه به نظر ۵ تن از متخصصان رفتار حرکتی و روان شناسی و پایایی مطلوب آن از طریق روش آزمون-بازآزمون تأیید شد. بهرام و همکاران در تحقیقی با عنوان "تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه ورزش‌گرایی در بین دانش‌آموزان، دانشجویان و ورزشکاران"، ضریب پایایی این پرسشنامه را ۰/۹۰ گزارش کردند (۴).

۲) آزمون پرتاب آزاد بسکتبال

از آزمون پرتاب آزاد بسکتبال، برای تشخیص وضعیت اجرای تکلیف توسط آزمودنی‌ها در مراحل پیش‌آزمون، تمرین، آزمون اکتساب و یادداری استفاده شد. امتیازدهی آزمون بر اساس امتیاز مؤسسه ایفرد (AAHPERD)^۱ بود: رفتن توپ به داخل حلقه ۲ امتیاز، برخورد توپ از بالا با حلقه و بیرون رفتن ۱ امتیاز و در غیر این صورت صفر امتیاز محسوب می‌شد (۱۳). از این آزمون و روش امتیازدهی در تحقیقات زیادی استفاده شده است (۲،۵،۹،۲۳). آزمودنی‌ها در جلسات تمرین و آزمون ۱۵ پرتاب انجام می‌دادند و مجموع امتیازات ۱۵ پرتاب آنها ثبت می‌شد.

۳) توپ و زمین و حلقه بسکتبال

توپ استفاده شده در تمرینات از نوع توپ چرمی، مورد تأیید فدراسیون بین‌المللی بسکتبال (مولتن اف ایکس هفت) بوده است. فاصله حلقه تا کف زمین، فاصله استاندارد مسابقات بین‌المللی بسکتبال (۳۰۵ سانتی‌متر) و فاصله نقطه پینالتی تا حلقه نیز فاصله استاندارد مسابقات بین‌المللی بسکتبال (۴۶۰ سانتی‌متر) بود (۱۲).

روش اجرا

ابتدا همه شرکت‌کنندگان از طریق پرسشنامه سوگیری ورزشی ارزیابی شدند تا افراد دارای شخصیت رقابت جویی و غیررقابت جویی مشخص شوند. سپس ۶۰ نفر از آنها به‌عنوان آزمودنی انتخاب شدند. درباره مهارت ملاک (پرتاب آزاد بسکتبال) و نحوه امتیازدهی آن توضیحاتی ارائه داد، سپس اجرای صحیح پرتاب توسط روش

1- American Association for Health, Physical Education, Recreation and Dance

آموزشی ارائه شده اشمیت (۱۹۹۹) شامل: ۱- ارائه تکلیف، ۲- آموزش و دستورالعمل، ۳- نمایش و الگوسازی، صورت گرفت (۱۳). آزمودنی‌ها باید توپ را از نقطه پینالتی به طرف حلقه پرتاب می‌کردند و مربی پس از هر پرتاب، در صورت نیاز به بازخورد، بازخورد لازم را به آزمودنی داده و نحوه صحیح اجرای مهارت را آموزش می‌داد. آزمودنی‌های هر گروه (افراد رقابت‌جو و غیررقابت‌جو) براساس امتیاز پیش‌آزمون مهارت، به دو گروه همسان تقسیم شده بودند. یک گروه در شرایط رقابتی و گروه دیگر در شرایط غیررقابتی به مدت ۱۰ جلسه (۱۵ کوشش در هر جلسه) به تمرین مهارت مورد نظر پرداختند. تمرین‌ها به صورت یک روز در میان بود و از مربی کارآموده (دارای مدرک مربی‌گری درجه ۲ بسکتبال) برای هر چهار گروه، در مرحله آموزش ابتدایی و بازخورد جلسات اکتساب، استفاده شد. شرایط جلسات تمرینی به غیر از متغیر مستقل، برای هر دو گروه کاملاً یکسان بود. پس از ۱۰ روز آزمون یادداری انجام گرفت. از یک داور رسمی و مورد تأیید فدراسیون بسکتبال برای اخذ آزمون استفاده شد.

رقابت در میان گروه‌ها توسط مدل رقابتی مارتینز (۱۹۷۶) ایجاد شد. براساس این مدل، رقابت، فرایندی است که طی آن عملکرد یک شخص با برخی استانداردها و با حضور دست‌کم شخص دیگری که از مقیاس مقایسه آگاهی دارد و می‌تواند فرایند را ارزیابی کند، مقایسه می‌شود (۱۸). در این تحقیق، گروه تمرین در محیط رقابتی، تمرینات را در حضور دیگران انجام می‌دادند و در ابتدای هر جلسه امتیاز اجرای آنها در جلسه قبلی و امتیاز تجمعی جلسات قبلی اعلام و امتیازها با همدیگر مقایسه می‌شد و همه حضار از نحوه امتیازدهی آگاهی داشتند. علاوه براین، اجرای آزمودنی‌ها پس از هر کوشش تمرینی و در پایان هر جلسه (بعد از ۱۵ کوشش)، به آنها اعلام (بازخورد اطلاعاتی) و با هم مقایسه می‌شد. در واقع، جو رقابتی میان آزمودنی‌های گروه تمرینی رقابتی ایجاد می‌شد و آزمودنی‌ها سعی می‌کردند، با اجرای بهتر از بقیه پیشی بگیرند. درحالی‌که در گروه غیررقابتی افراد از مجموع امتیازهای خود و دیگر اعضای گروه آگاه نبودند و اجرای آنها در غیاب تماشاچیان بود.

روش‌های آماری

ابتدا از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای تشخیص طبیعی بودن داده‌ها و از آزمون تحلیل واریانس برای پی بردن به نبود اختلاف بین گروه‌ها در مرحله پیش‌آزمون استفاده شد. از آزمون تحلیل واریانس با

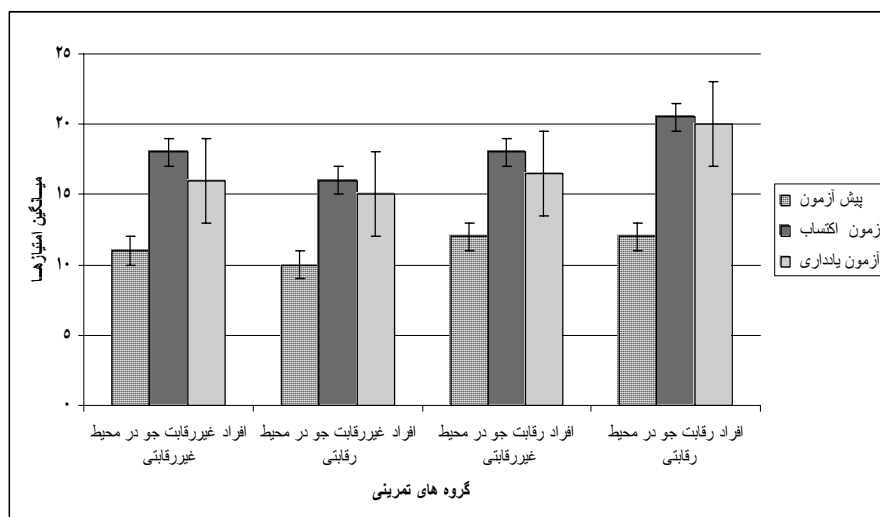
اندازه‌گیری های مکرر برای بررسی اثر محیط‌های متفاوت تمرینی در مراحل اکتساب (2×10) و از آزمون تحلیل واریانس برای بررسی اختلاف بین آزمون اکتساب و آزمون یادداری چهار گروه در اجرای مهارت پرتاب آزاد بسکتبال استفاده شد. سپس از آزمون تعقیبی توکی برای آگاهی از اینکه، کدام یک از گروه‌ها با هم اختلاف داشتند، استفاده شد. سطح معنی‌داری برای تمام آزمون‌های آماری $\alpha = 0/05$ در نظر گرفته شد. کلیه عملیات آماری با استفاده از نرم افزار SPSS (نسخه ۱۳) صورت گرفت.

نتایج و یافته‌های تحقیق

آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای چهار گروه در سطح $\alpha = 0/05$ معنادار نبود (افراد غیررقابت‌جو در شرایط غیررقابتی $k-s-z = 0/90$ ، $\text{Sig} = 0/38$ - افراد غیررقابت‌جو در شرایط رقابتی $k-s-z = 0/91$ ، $\text{Sig} = 0/37$ - افراد رقابت‌جو در شرایط غیررقابتی $k-s-z = 0/58$ ، $\text{Sig} = 0/88$ - افراد رقابت‌جو در شرایط رقابتی $k-s-z = 1/14$ ، $\text{Sig} = 0/14$). بنابراین توزیع نمره‌های پیش‌آزمون در افراد از توزیع نرمال پیروی می‌کند و توزیع داده‌ها طبیعی است.

نتایج آزمون تحلیل واریانس برای چهار گروه مورد بررسی در مرحله پیش‌آزمون نشان می‌دهد که اختلاف معناداری بین آنها وجود ندارد ($F = 2/212$ ، $\text{Sig} = 0/09$).

نمودار ۱ میانگین و انحراف معیار امتیاز تکلیف ملاک برای چهار گروه مورد بررسی را در مراحل پیش‌آزمون، اکتساب و آزمون یادداری نشان می‌دهد.



نمودار ۱ - میانگین و انحراف معیار امتیاز تکلیف ملاک برای چهار گروه مورد بررسی در مراحل

پیش آزمون، آزمون اکتساب و آزمون یادداری

جدول ۱، نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر را نشان می‌دهد، که اثر جلسات تمرینی (۱۰ جلسه تمرین) بر اکتساب مهارت پرتاب آزاد بسکتبال معنی‌دار است و هر چهار گروه روند رو به رشدی را تجربه کردند ($F=33/57$ ، $P<0/05$). در نتیجه تمرین در هر چهار گروه تمرینی، تأثیر معنی‌داری بر یادگیری مهارت پرتاب آزاد بسکتبال داشته است. همچنین تحلیل انجام‌گرفته نشان می‌دهد که اختلاف امتیازها بین چهار گروه مورد نظر معنی‌دار بوده است ($F=5/27$ ، $P<0/05$). در نتیجه تفاوت معنی‌داری بین گروه‌های تمرینی به لحاظ تأثیرپذیری نسبت به تمرین در محیط‌های تعریف‌شده وجود دارد.

جدول ۱- نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر بین میانگین امتیازهای تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال در مرحله تمرین (۱۰ جلسه تمرین) برای گروه های مورد بررسی

معنی داری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منبع تغییرات شاخص‌ها	
					عامل (تمرین)	درون آزمودنی‌ها
۰/۰۰۱	۳۳/۵۷	۲۶۵/۹۵	۶/۲۷	۱۶۸۸/۱۹۳	عامل (تمرین)	درون آزمودنی‌ها
۰/۰۱	۱/۸۴	۱۴/۵۷	۱۸/۸۱	۲۷۴/۳۴	عامل × گروه	
		۷/۹۲	۳۵۱/۲۶	۲۷۸۲/۲۶	خطا	
۰/۰۰۳	۵/۲۷	۱۵۰/۷۹	۳	۴۵۲/۳۹	گروه	بین آزمودنی‌ها
		۲۸/۵۶	۵۶	۱۵۹۹/۶۰	خطا	

با توجه به نتایج آزمون تعقیبی توکی، میان افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی، اختلاف معناداری وجود ندارد (۰/۱۴۱). همچنین بین افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی، اختلاف معناداری مشاهده نشد (۰/۳۵).

جدول ۲- خلاصه نتایج تحلیل واریانس بین تفاضل امتیازها در تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال در مرحله آزمون اکتساب و یادداری برای گروه‌های رقابت‌جو و غیررقابت‌جو (گروه‌های تمرین‌کننده در محیط رقابتی و در محیط غیررقابتی)

معنی داری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات		
۰/۰۰۱	۱۹/۶۵۳	۵۰/۰۲۲ ۲/۵۴۵	۳ ۵۶ ۵۹	۱۵۰/۶۷ ۱۴۲/۵۳۳ ۲۹۲/۶۰۰	بین گروهی	آزمون اکتساب
					درون گروهی	
					جمع	
۰/۰۰۱	۱۹/۶۵۳	۶۹/۳۰۶ ۵/۴۱۰	۳ ۵۶ ۵۹	۲۰۷/۹۱۷ ۳۰۲/۹۳۳ ۵۱۰/۸۵۰	بین گروهی	آزمون یادداری
					درون گروهی	
					جمع	

با توجه به معنادار بودن آزمون تحلیل واریانس در افراد رقابت‌جو در محیط‌های رقابتی و غیررقابتی و افراد غیر رقابت‌جو در محیط‌های رقابتی و غیر رقابتی در تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال در مرحله آزمون اکتساب، از آزمون تعقیبی توکی برای پی بردن به اینکه این اختلاف در کدام گروه‌ها بوده است، استفاده می‌شود. نتایج آزمون تعقیبی توکی بین گروه‌ها نشان می‌دهد، که میان افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون اکتساب اختلاف معنادار آماری وجود دارد (۰/۰۲۲). همچنین نتایج آزمون تعقیبی توکی بین گروه‌ها نشان می‌دهد، که بین افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون اکتساب اختلاف معنادار آماری وجود دارد (۰/۰۱۲).

نتایج آزمون تعقیبی توکی بین گروه‌ها نشان می‌دهد، که میان افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون یادداری اختلاف معنادار آماری وجود دارد (۰/۰۰۱). از سوی دیگر، نتایج آزمون تعقیبی توکی بین گروه‌ها نشان می‌دهد، که میان افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون یادداری اختلاف معنادار آماری وجود ندارد (۰/۴۰۴)، یعنی افراد غیررقابت‌جو در محیط غیررقابتی دچار افت معنادار آماری در مرحله آزمون یادداری شده‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی تحقیق حاضر، بررسی اثر محیط تمرینی رقابتی و غیررقابتی بر یادگیری مهارت شوت بسکتبال در افراد دارای ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی و غیررقابت‌جویی بود. همان‌گونه که در نمودار ۱ مشاهده می‌شود، میانگین امتیازهای چهار گروه مورد بررسی در مراحل پیش‌آزمون، آزمون اکتساب و آزمون یادداری رسم شده است، بنابراین می‌توان اختلاف موجود در نمره‌های گروه‌ها را در مراحل مختلف مشاهده کرد.

آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر برای مرحله اکتساب (۱۰ جلسه تمرینی) نشان می‌دهد که گروه‌های مورد بررسی پیشرفت معناداری داشتند. همچنین براساس نتایج تحلیل واریانس بین‌گروهی، اختلاف معناداری میان گروه‌ها وجود دارد، ولی براساس نتایج آزمون تعقیبی توکی، بین افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی و همچنین میان افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد

غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در مراحل اکتساب اختلاف معناداری وجود ندارد. با توجه به اینکه تمام آزمودنی‌ها در تکلیف ملاک مبتدی بودند و در جلسات ابتدایی اختلاف چندانی در تکلیف ملاک با همدیگر نداشتند و پس از گذشت چند جلسه از تمرین، اختلافات بین این دو گروه بیشتر شده، در نتیجه به دلیل وجود چندین جلسه کم اختلاف در جلسات ابتدایی، آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری اختلاف معناداری را بین دو گروه نشان نداد.

نتایج آزمون تحلیل واریانس در چهار گروه مورد بررسی در تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال در مرحله آزمون اکتساب و یادداری معنادار بود. نتایج آزمون تعقیبی توکی بین گروه‌ها میان افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون اکتساب و یادداری اختلاف معنادار آماری وجود دارد. همچنین بین افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی در آزمون اکتساب اختلاف معنادار آماری مشاهده شد.

رقابت، موضوع پیچیده‌ای است که عوامل فراوانی بر آن تاثیر می‌گذارند، یکی از جنبه‌های رقابت، انگیزتگی است و بر اساس نظریه بوت، رقابت، یکی از منابع مهم انگیزتگی است. بنابراین به دلیل نزدیک و مرتبط بودن رقابت و انگیزتگی، شاید بتوان از طریق انگیزتگی نتایج موجود را تفسیر کرد.

نتیجه حاضر از فرضیه منطقه عملکرد بهینه هانین (۲۰) حمایت می‌دارد که بیان می‌کند ورزشکاران عملکرد بهینه دارند و هر شخص بهترین عملکرد خود را زمانی به اجرا می‌گذارد که انگیزتگی محیطی (حالتی) با شرایط انگیزتگی ذاتی (صفت) او مطابقت داشته باشد. هانین اظهار کرد که هر ورزشکار سطحی از برانگیزتگی را برای خودش ترجیح و عملکردش با تغییر در سطح انگیزتگی ترجیح داده شده کم یا زیاد خواهد شد. سطح انگیزتگی ترجیح داده شده ورزشکار منطقه عملکرد بهینه اوست. محققان این تحقیق به وسیله پرسشنامه سوگیری ورزشی افراد رقابت‌جو و غیررقابت‌جو را انتخاب کردند و به دلیل اینکه افراد رقابت‌جو ذاتاً تمایل و انگیزتگی زیاد و افراد غیررقابت‌جو تمایل و انگیزتگی کمی برای رقابت و پیروزی در برابر دیگران دارند و به گفته هانین اگر این افراد در شرایط مشابهی از انگیزتگی خود به تمرین بپردازند، می‌توانند بهترین عملکرد خودشان را به اجرا بگذارند، در نتیجه در این تحقیق نیز افراد رقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی عملکرد بهتری از خود نشان دادند. از سوی دیگر، می‌توان به وسیله دیدگاه تعاملی، به اثبات نتایج

موجود پرداخت. دیدگاه تعاملی معتقد به تعامل بین فرد و موقعیت در ایجاد رفتار انگیزشی است. در تحقیق حاضر نیز وقتی سطح رقابت جویی افراد با سطح رقابت محیط تمرین در تعامل مثبت و صحیحی قرار می‌گیرد (افراد رقابت‌جو در محیط رقابتی و افراد غیررقابتی در محیط غیررقابتی)، افراد، بیشترین پیشرفت و یادگیری را از خود نشان می‌دهند. بنابراین برای بررسی عوامل موثر در برانگیختن افراد، باید به عوامل فردی و شرایط محیطی، به‌طور همزمان، توجه داشت (۱۹).

یافته‌های تحقیق حاضر، با یافته‌های سورنتینو و شبارد (۱۹۷۸)، گروس و گیل (۱۹۸۲)، فرانکن و همکاران (۱۹۹۴)، بهرام و شفیع‌زاده (۱۳۸۲)، لیندنر و کر (۲۰۰۱) همخوانی دارد. نتایج تحقیقات ذکرشده به‌دلیل اینکه از دیدگاه تعاملی، برای بررسی تأثیرات رقابت بر یادگیری استفاده کرده‌اند، مشابه نتایج تحقیق حاضر است.

از سویی دیگر، براساس نظریه منطقه عملکرد بهینه، وقتی سطح انگیزتگی فرد و سطح انگیزتگی محیط مشابه شد، افراد بهترین عملکرد خود را در طول دوره یادگیری و آزمون به اجرا گذاشتند.

یافته‌های تحقیق حاضر با نتایج چندین تحقیق که در مقدمه ذکر شد، همخوانی ندارد. در برخی از تحقیقات تأثیر رقابت، را مفید و مؤثر و در پاره‌ای دیگر، مخرب ذکر شده‌است. دلیل ضد و نقیض بودن نتایج تعدادی از تحقیقات پیشین، بی شک مربوط به کنترل نکردن متغیرهای مؤثر بر رقابت است. عدم همخوانی تحقیقات مذکور با تحقیق حاضر به این دلیل است که، بیشتر نمونه‌گیری‌ها به صورت تصادفی بوده است و هیچ‌گونه کنترلی بر ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی نداشتند و فقط تأثیر رقابت بر یادگیری یا اجرا بررسی شده و به عامل مهم ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی بی‌توجه بودند و چون براساس دلایل ذکرشده، این عامل در تحقیقات رقابت، بسیار اهمیت دارد، از این رو نتایج متفاوتی به دست آمده است. ممکن است آزمودنی‌های شرکت‌کننده در تحقیقات مذکور دارای منطقه عملکرد بهینه متفاوتی با انگیزتگی محیط تمرین بوده باشند و براساس نظریه منطقه عملکرد بهینه، افراد با انگیزتگی متفاوت، فقط در شرایط انگیزتگی خودشان می‌توانند بهترین عملکرد را داشته باشند و با مطابق شدن منطقه عملکرد بهینه افراد و انگیزتگی محیطی در بعضی تحقیقات نتایج مثبت و در صورت مغایرت منطقه عملکرد بهینه افراد و انگیزتگی محیطی، نتایج منفی یا بی‌تأثیر می‌شد.

یکی از یافته‌های دیگر این تحقیق این بود که میان افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیر رقابتی در آزمون یادداری تفاوت معناداری وجود ندارد و با توجه به اینکه در

آزمون اکتساب، افراد غیررقابت‌جو در محیط غیررقابتی برتری معناداری داشتند، ولی در آزمون یادداری این اختلاف وجود نداشت، نشان دهنده افت آزمودنی‌های غیررقابت‌جو در محیط غیررقابتی است. درحالی‌که افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی رقابتی افت معناداری را تجربه نکردند. این یافته با ادعای واکر و تار (۱۹۶۳) همخوانی دارد. به نظر آنها تمرین با انگیزندگی زیاد برای تثبیت اثر تمرین بر حافظه مؤثر است و حافظه درازمدت بیشتری را تولید می‌کند. همچنین وینر (۱۹۶۶) بیان کرد که افزایش انگیزندگی موجب مقاومت بیشتر اثر حافظه در مقابل تداخل می‌شود یا در مقابل زوال حافظه، مقاوم‌تر است (۹). این نتیجه، با نتایج تحقیق موحدی و همکاران همخوانی دارد. موحدی و همکاران (۲۰۰۷) در تحقیقی دریافتند که گروه با انگیزندگی زیاد نسبت به گروه با انگیزندگی کم در آزمون یادداری برتری داشتند و ثبات بیشتری را در این آزمون از خود نشان دادند (۲۳).

پژوهش حاضر به یافته کم نظیری در زمینه رقابت منجر شد که نشان داد تفاوت‌های فردی در محیط‌های رقابت از عوامل اصلی و مؤثر در عملکرد است و برای افراد با ویژگی‌های رقابت‌جویی و انگیزندگی متفاوت باید محیط‌های متفاوتی از رقابت طراحی شود تا بتوانند بهترین عملکرد را به اجرا بگذارند. یافته‌های تحقیق حاضر، با توجه به توضیحات بالا، از نظریه منطقه عملکرد بهینه هانین و دیدگاه تعاملی حمایت و اشاره می‌کند که افراد دارای ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی در محیط تمرینی رقابتی و افراد غیررقابت‌جو در محیط تمرینی غیررقابتی یادگیری بهتری دارند، از این رو، توجه به ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران در شرایط تمرینی اهمیت ویژه‌ای دارد.

منابع و مأخذ

۱. اشمیت، ریچارد ای. لی، تیموتی. (۱۳۸۷). "یادگیری و کنترل حرکتی". جلد دوم، ترجمه رسول حمایت‌طلب، عبدا... قاسمی، تهران، نشر علم و حرکت.
۲. بحر العلوم، حسن. رضوانی، محمد حسین. ساسانی مقدم، شیوا. (۱۳۷۸). "تاثیر محرومیت از خواب بر دقت شوت منطقه‌ای بسکتبال و زمان پاسخ دانشجویان پسر رشته تربیت بدنی دانشگاه صنعتی شاهرود". المپیک، پاییز ۱۳۸۷: ۱۶ (۳) (پیاپی ۴۳): ۹۵-۱۰۴.

۳. بهرام، عباس. شفیع زاده، محسن. (۱۳۸۲). "تاثیر رقابت‌گرایی و نوع رشته ورزشی بر ورزش‌گرایی، بررسی الگوی تعاملی انگیزش پیشرفت در ورزش". پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲، ص ۹-۱.
۴. بهرام، عباس. خلجی، حسن. شفیع زاده، محسن. صنعتکاران، افسانه. (۱۳۸۲). "تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه ورزش‌گرایی در بین دانش‌آموزان، دانشجویان و ورزشکاران". طرح پژوهشی پایان یافته پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.
۵. بهرام، علیرضا. خلجی، حسن. (۱۳۷۹). "تاثیر تصویرسازی ذهنی بر شوت بسکتبال تیم منتخب دانشجویان پسر رشته تربیت بدنی اراک". المپیک ۱۳۷۹: ۸ (ضمیمه شماره ۱۵ (پیاپی ۱۶): ۸-۳.
۶. جارویس، مت. (۱۳۸۲). "روانشناسی ورزش". ترجمه نور علی خواجوند، تهران، انتشارات کوثر.
۷. حمایت‌طلب، رسول. شیخ، محمود. موحدی، احمدرضا. اسد، محمدرضا. (۱۳۸۶). "تاثیر تقدم و تاخر تمرین ذهنی بر یادگیری یک مهارت ادراکی- حرکتی با تاکید بر تصویر سازی درونی و بیرونی". پژوهش در علوم ورزشی، شماره چهاردهم، ص ۱۵۱-۱۳۹.
۸. رابرتز، گلین. س. اسپینگ، کوین. س. پمبرتن، سینتیا. (۱۳۸۲). "آموزش روانشناسی ورزشی". ترجمه سید محمد کاظم واعظ موسوی، معصومه شجاعی، تهران، انتشارات رشد.
۹. سیج، جورج. (۱۳۷۸). "یادگیری و کنترل حرکتی از دیدگاه روانشناسی عصبی". ترجمه حسن مرتضوی. تهران، نشر سنبله.
۱۰. شجاعی، معصومه. خبیری، محمد. حاجی قاسم، امیر. (۱۳۸۶). "توصیف صفات انگیزشی بازیکنان نخبه فوتبال ایران". المپیک، تابستان ۱۳۸۶: ۱۵ (۲ (پیاپی ۳۸): ۳۸-۲۹.
۱۱. فرزانه، حسین. (۱۳۸۷). "بررسی تاثیر سه نوع محیط تمرینی رقابتی، غیررقابتی و ترکیبی بر اکتساب و یادداری یک تکلیف ادراکی- حرکتی". پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده تربیت بدنی و علوم و ورزشی دانشگاه اصفهان.
۱۲. محمدزاده جهتلو، حسن. (۱۳۸۴). "آموزش بسکتبال ۱". تهران، انتشارات پیام نور.

۱۳. مگیل، ریچارد. ای. (۱۳۸۰). "یادگیری حرکتی، مفاهیم و کاربردها". ترجمه سید محمد کاظم واعظ موسوی و معصومه شجاعی، تهران، انتشارات پژوهشکده تربیت بدنی.

14. Apter, M. J. (1982). *"The experience of motivation: The theory of psychological reversal"*. London: Academic Press.

15. AAHPERD. (1998). *"Basketball skills test for boys and girls"*. Reston, VA, 22091.

16. Collet C, Roure R, Rada H, Dittmar A, Vernet-Maury E. (1996). *"Relationships between performance and skin resistance evolution involving various motor skills"*. *Physiology Behave*, 59(4-5):PP:953-63.

17. Franken. R. E, Hill. R, Kierstead. J, (1994). *"Sport interest as predicted by the personality measures of competitiveness, mastery, instrumentality, expressivity and sensation seeking, personality and individual difference"*. 14(4), PP:467-476.

18. Gill, D. L. (2000). *"Psychological dynamics of sport and exercise"* (2nd Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

19. Gould. D & Weinberg. R. (2003). *"Foundation of sport and exercise psychology"*. Human kinetics publisher, Illinois, 3.

20. Hanin, Y. L. (1980). *"A study of anxiety in sport"*. In W. F. Straub (Ed), *Sport Psychology: An Analysis of Athletic Behavior, Movement Publications, Ithaca, NY* PP:236-249.

21. Kerr JH, Yoshida H, Hirata C, Takai -K, Yamazaki F. (1997). *"Effects on archery performance of manipulating met motivational state and felt arousal"*. *Perceptual Motor Skills*; 84(3 Pt 1):PP:819-28.

22. Lindner. K. J, Kerr. J. H, (2001). *"Met motivational orientation in sport participants and non- participants, personality and individual difference"*. 30(5), PP:579-773.

23. Movahedi, A. Sheikh, M. Bagherzade, F. Hemayattalab, R. Ashayery. H. (2007). "A practice specificity -based model of arousal for achieving peak performance". *Journal of motor behavior*. vol 39, No 6, PP: 457-462.

24. Noteboom JT. Fleshner M. Enoka RM. (2001). "Activation of the arousal response can impair performance on a simple motor task". *J Apply Physiology*, 91(2):PP:821-831.

25. Triplett. (1898). "The dynamic factors in pace making and competition". *American journal of Psychology*, 9, PP:507-553.

26. Yerkes, R. M. & Dodson, J. D. (1908). "The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation". *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18, PP:459-482.