

خود ادراکی و عملکرد استراتژیک در ورزشکاران انفرادی و تیمی سوپر لیگ کشور و کسب موفقیت

حمیدرضا قزلسفلو^۱

علی چوری^۲

مقدمه :

بررسی علل ناتوانی ورزشکاران در انتقال دستاوردهای جلسات تمرینی به روز مسابقه و شناخت عوامل موثر بر آمادگی اجرایی ورزشکاران مهمترین دغدغه و خواسته مربیان و روانشناسان ورزشی در حیطه ورزش حرفه ای بوده است . روانشناسان و متخصصان ورزشی معتقدند که میزان توانایی ورزشکاران در آگاهی از حالات روانی و رفتاری بهینه خود و باطبع آن ایجاد شرایط دستیابی به یک عملکرد موفق، مطلوب و مداوم تاثیر بسزایی بر نمایش بدون اشتباه ورزشکاران دارد(۲). الکس و همکاران (۲۰۰۸)، در بررسی واکنش های روانی فوتبالیست قبل از شروع مسابقه گزارش کردند که بروز تجارب هیجانی مثبت و میزان درک ورزشکاران از توانایی های جسمانی، روانی، تکنیکی، اجرایی و ارتباطی ورزشکاران رابطه چشمگیری با عملکرد ورزشکاران دارد(۱). براون و همکاران (۲۰۰۴)، نیز طی تحقیقی گزارش کردند که رابطه معناداری بین خود ادراکی و عملکرد بهینه فوتبالیست های زن و مرد وجود دارد(۲) بنابراین توضیح، توجیه و بسترسازی صحیح جهت ایجاد وضعیت بهینه روانی برای ورزشکاران و باشگاه های ورزشی با هدف ایجاد تجربه شرایط هیجانی و رفتاری مطلوب در بهبود عملکرد ورزشکاران حتی با سطوح متفاوت مهارت و تسلط امری ضروری است. لذا در تحقیق حاضر خودادراکی و عملکرد استراتژیک در ورزشکاران انفرادی و تیمی سوپر لیگ کشور و کسب موفقیت مورد بررسی قرار گرفته است.

روش شناسی تحقیق:

تعداد $n=234$ ورزشکارنخبه در دوگروه رشته های ورزشی انفرادی و تیمی در این حضور داشتند. در تحقیق حاضر دو پرسشنامه میزان خودادراکی ورزشکاران مونتنز(۲۰۰۳) و پرسشنامه عملکرد استراتژیک توماس(۵(TOPS)، استفاده گردید. همچنین با توجه به عملکرد ورزشکاران در تورنمنت های برگزار شده، کلیه ورزشکاران بر اساس جدول مسابقات در سه گروه ورزشکاران موفق، ورزشکاران کم موفق و ورزشکاران ناموفق گروه بندی شدند. به منظور تجزیه و

۱. اعضای هیأت علمی دانشگاه گنبدکاوس ، ایمیل : h_ghezel@yahoo.com

۲. اعضای هیأت علمی دانشگاه گنبدکاوس

. Alix , et al

. BROWN . et al

. Test of performance strategic

تحلیل داده ها با توجه به اینکه توزیع داده ها طبق آزمون کالموگراف اسمیرینف ($p \geq 0/05$ و $z = 0/791$) طبیعی بوده از آزمون ANOVA و ضریب همبستگی پیرسون) در سطح $P \leq 0/05$ ارزیابی گردید.

نتایج تحقیق :

نتایج تحقیق نشان داد تفاوت معناداری در متغیرهای خودادراکی انگیزشی ($t = 3/81$ و $sig = 0/007$)، خودادراکی تهاجمی ($t = 4/63$ و $sig = 0/002$)، خودادراکی عملکردی ($t = 4/79$ و $sig = 0/013$) و خودادراکی ارتباطی ($t = 3/16$ و $sig = 0/046$) بین ورزشکاران انفرادی و تیمی وجود دارد. همچنین خودادراکی انگیزشی ($r = 0/42$)، رابطه معنادار و مستقیمی با عملکرد استراتژیک ورزشکاران دارد.

بحث و بررسی :

بر اساس اظهارات ورزشکاران از حالات بهینه رفتاری خود در تورنمنت های حساس، خودادراکی انگیزشی در کنار خودادراکی جسمانی، شرایط ایجاد یک زمینه اجرایی بهینه را مهیا می سازد که با یافته های تحقیقات هانین (۲۰۰۴) و مونتز (۲۰۰۳) همخوانی داشت. لذا پیشنهاد می شود که استراتژی های تقویت خودادراکی و شرایط تجارب هیجانی و خودکنترلی در جلسات تمرینی توسط مربیان پی ریزی و اجرا شود.

واژه‌های کلیدی :

فود ادراکی انگیزشی، فود ادراکی جسمانی، عملکرد استراتژیک، موفقیت

