

Designing and Evaluating the Effectiveness of an Educational-Motor Intervention on the Achievement Motivation of Adolescent Soccer Players

Mohammad Rahimi¹, Gholamali Afrooz², Mohammad kazem Vaez Mousavi³,
Masoud Gholamali Lavasani⁴

1. Department of Psychology, Institute of Psychology and Educational Sciences, Kish International Campus, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: Morahimi63@yahoo.com
2. Corresponding Author, Department of Psychology, Institute of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: afrooz@ut.ac.ir
3. Department of Physical Education and Sports Sciences, Faculty of Social and Cultural Sciences, Imam Hossein University, Tehran, Iran. E-mail: mohammadvaezmousavi@gmail.com
4. Department of Psychology, Institute of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: lavasani@ut.ac.ir

Article Info

Article type: Research

Article history:

Received:
31 December 2022
Received in revised form :
14 April 2023
Accepted :
22 April 2023
Published online :
20 May 2023

Keywords:

*Achievement motivation,
Educational-motor
Intervention,
Soccer school adolescents.*

ABSTRACT

Introduction: In recent decades, adolescents and young people in the country have turned to soccer and the need to pay attention to their basic training seems essential. Therefore, this study aimed to design and evaluate the effectiveness of an educational-motor intervention on the achievement motivation of adolescent soccer players.

Methods: In this quasi-experimental study, the research method was a pre-test, post-test, and follow-up design with a control group. The statistical population consisted of all 12 to 16 years old adolescents attending the soccer school of Saipa Cultural and Athletic Corporation in Tehran in 2022. Among them, 60 people were selected based on the inclusion criteria and then assigned to experimental and control groups (30 people in the experimental group and 30 people in the control group). The research instrument was the Achievement Motivation Questionnaire (Hermans, 1970). The experimental group received the educational-motor intervention training in sixteen 60-minute sessions, and the control group was on the waiting list. Data were analyzed using repeated measure analysis of covariance via SPSS Statistics 23 software.

Results: The results showed that there was a significant difference between the experimental group and the control group in the post-test and follow-up phases ($P < 0.05$), and the educational-motor intervention improved the achievement motivation of adolescents attending soccer school ($P < 0.05$).

Conclusion: According to the results of the present study, the educational-motor intervention can be effective in improving the achievement motivation of the adolescents attending the soccer school of Saipa Cultural and Athletic Corporation. It is recommended that curriculum designers in the Ministry of Sports and Youth use this method to improve the achievement motivation of adolescents in soccer schools.

Cite this article: Rahimi, M., Afrooz, G., Vaez Mousavi, M.k. & Lavasani, G. (2023). Designing and Evaluating the Effectiveness of an Educational-Motor Intervention on the Achievement Motivation of Adolescent Soccer Players. *Journal of Sports and Motor Development and Learning*, 15 (1),45-61.
[DOI:http://doi.org/10.22059/jsmdl.2023.353180.1696](http://doi.org/10.22059/jsmdl.2023.353180.1696)



Journal of Sports and Motor Development and Learning by University of Tehran Press is licensed under CC BY-NC 4 | web site: <https://jsmdl.ut.ac.ir/> | Email: jsmdl@ut.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Nowadays, soccer has a high status compared to other sports (Razavi, Mostahfezian, & Zahedi, 2021). Experts believe that soccer training should start scientifically at adolescence age (Reza Soltani, & Vahdani, 2013). Teaching young soccer players creates a positive attitude to participate in talent-scouting activities (Ghobadi Ansaroodi, Naderi Nasab, & Biniiaz, 2020). Many talented people in Iran can become good players with correct training. Sports ethics, self-knowledge, and achievement motivation should be increased in them (Nabavi, & Zokaie, 2019). The achievement motivation is the tendency for access to excellence (Mahmoodinezhad, Masoudiyekta, Samsamipour, Zamaniyan, Mahmoodinezhad, & Kasani, 2020). One of the ways to develop achievement motivation is to use an intervention program (Sadeghi, Zamani Sani, & Hasanzadeh, 2019). Therefore, the present study was conducted with two aims: 1. Developing an educational-motor intervention; 2. Evaluating the effectiveness of this intervention on the achievement motivation of adolescent soccer players. Since the behavioral problems of adolescent soccer players were influenced by factors such as phobia and stress, this intervention was designed based on the cognitive-behavioral approach.

Methods

The research method was quasi-experimental with a pre-test, and post-test design with a follow-up period of 45 days. The statistical population included all adolescents attending Saipa soccer school in Tehran in 2022. To determine the sample size, the formula was used for calculating the sample size for the comparison of the two means:

$$n = \left[\frac{2(Z_{1-\alpha} + Z_{1-\beta})\sigma}{(\mu_1 - \mu_2)} \right]^2$$

Table 1. The results of the repeated measure analysis of covariance for the effect of the intervention on achievement motivation

Source	Sum of squares	Degree of freedom	Mean of squares	F value	P-value	Effect size
Group	1548.80	1	1548.80	4.07	0.048	0.06
Measurement time	144.40	1	144.40	70.85	0.001	0.55
Time * Group	462.40	1	462.40	226.89	0.001	0.79
Error	118.20	58	2.03			

Conclusion

This study aimed to design and evaluate the effectiveness of an educational-motor intervention on achievement motivation in adolescents attending Saipa soccer school. The repeated measure analysis of covariance showed that intervention had a significant

For this purpose, 60 individuals were selected by purposive sampling method and randomly assigned into two groups of 30 people each. In the following, the adolescents completed the achievement motivation questionnaire, and their scores were recorded for the pretest. Then, the experimental group received the educational-motor intervention (the independent variable) in sixteen 60-minute sessions. The control group was assigned to the waiting list. After completing these training sessions according to the pretest method, the questionnaire scores were measured again for both the control and the experimental groups. Data were analyzed using repeated measure analysis of covariance via SPSS Statistic 23 software.

Results

The mean age of adolescents was 14.20 ± 1.19 years. In the following, the assumptions underlying the multivariate analysis of covariance were checked. First, the Kolmogorov-Smirnov test was used to investigate the normality of research variables. The Kolmogorov-Smirnov test showed that the values obtained were higher than 0.05, and the distribution of scores was normal. The results of the Levene test also indicate that the assumption of homogeneity of variances of error for research variables was verified. Finally, the results of Mauchly's W test showed that the test assumption was established concerning the significance level. Therefore, the use of the repeated measure analysis of covariance was unimpeded. The results in Table 1 showed that there was a significant difference between the experimental group and the control group. Also, the educational-motor intervention had a significant positive effect on the achievement motivation of adolescents attending Saipa soccer school and the effect of this program in the follow-up phase had been stable ($P < 0.05$).

effect on the achievement motivation of adolescents. The result is consistent with Zarei, & Mohammadi (2017), Weinberg, & Williams (2001), and Thelwell, Greenlees, & Weston (2010) studies. It is concluded that adolescent players became aware of problem-solving techniques with a cognitive-behavioral

approach, and they were asked to apply the techniques that were introduced in this method to the problems that arise in classes. With problem-solving training, they realized that problems can be solved and are under their control. Therefore, their achievement motivation increased.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: To comply with the ethical considerations of the subjects, their questionnaires were coded, ethics fundamentals such as personal information remained confidential, and secrecy was fully conducted.

Funding: The present research did not use financial resources.

Authors' contribution: All authors have contributed equally.

Conflict of interest: The authors declare no conflict of interest.

Acknowledgments: The authors thank all those who have participated in this research.



رشد و یادگیری حرکتی ورزشی



طراحی یک مداخله تربیتی - حرکتی و ارزیابی اثربخشی آن بر انگیزه پیشرفت نوجوانان فوتبالیست

محمد رحیمی^۱ ID، غلامعلی افروز^۲ ID✉، سید محمد کاظم واعظ موسوی^۳ ID، مسعود غلامعلی لواسانی^۴ ID

۱. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران پردیس بین‌المللی کیش، تهران، ایران. رایانامه: Morahimi63@yahoo.com

۲. نویسنده مسؤل، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: afrooz@ut.ac.ir

۳. گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم اجتماعی و فرهنگی، دانشگاه جامع امام حسین (ع)، تهران، ایران. رایانامه:

mohammadvaezmousavi@gmail.com

۴. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: lavasani@ut.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: پژوهشی	مقدمه: در دهه‌های اخیر، نوجوانان و جوانان کشور به ورزش فوتبال روی آورده‌اند و لزوم توجه به آموزش پایه‌ای آنان ضروری به نظر می‌رسد. از این رو پژوهش حاضر با هدف طراحی و اثربخشی یک مداخله تربیتی - حرکتی بر انگیزه پیشرفت نوجوانان فوتبالیست انجام گرفت.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۰/۱۰	روش پژوهش: روش مطالعه نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری را تمامی کودکان و نوجوانان ۱۲ تا ۱۶ ساله عضو مدارس فوتبال باشگاه سایپا شهر تهران در سال ۱۴۰۱ تشکیل دادند. از بین آنان ۶۰ نفر (۳۰ نفر گروه آزمایش و ۳۰ نفر گروه کنترل) بر اساس ملاک‌های ورود و به‌طور هدفمند انتخاب شدند و سپس در دو گروه آزمایش و گروه کنترل جایگزین شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه انگیزه پیشرفت (هرمنس، ۱۹۷۰) بود. گروه آزمایش، تحت آموزش مداخله تربیتی - حرکتی در ۱۶ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند و گروه کنترل در فهرست انتظار بودند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر تجزیه و تحلیل شدند.
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۱/۲۵	یافته‌ها: نتایج نشان داد بین گروه آزمایش و گروه کنترل در مراحل پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود دارد و مداخله تربیتی - حرکتی موجب بهبود انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا شد ($P < 0.05$).
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۲۲	نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر مداخله تربیتی - حرکتی می‌تواند برای بهبود انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا کارآمد باشد و توصیه می‌شود که طراحان برنامه در وزارت ورزش و جوانان در راستای بهبود انگیزه پیشرفت نوجوانان مدارس فوتبال از این روش استفاده کنند.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۲/۳۰	

کلیدواژه‌ها:

انگیزه پیشرفت،

مداخله تربیتی - حرکتی،

نوجوانان مدارس فوتبال.

استناد: رحیمی، محمد؛ افروز، غلامعلی؛ واعظ موسوی، سید محمد کاظم؛ و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۴۰۲). طراحی یک مداخله تربیتی - حرکتی و ارزیابی اثربخشی

آن بر انگیزه پیشرفت نوجوانان فوتبالیست. نشریه رشد و یادگیری حرکتی ورزشی، ۱۵ (۱)، ۴۵-۶۱.

DOI: <http://doi.org/10.22059/jsmdl.2023.353180.1696>

این نشریه علمی رایگان است و حق مالکیت فکری خود را بر اساس لایسنس کپی‌رایت CC BY-NC 4.0 به نویسندگان واگذار کرده

است. تارنما: <https://jsmdl.ut.ac.ir> | رایانامه: jsmdl@ut.ac.ir



مقدمه

در عصر حاضر تقریباً ورزش در زندگی افراد رسوخ پیدا کرده است. در بین این ورزش‌ها، فوتبال به دلیل جذابیت خاص، یکی از بیشترین جمعیت‌های ورزشی دنیا را تشکیل می‌دهد (کلانتری و دولتیاری، ۲۰۱۸). امروزه فوتبال به‌عنوان یک ورزش جهانی مطرح جایگاه بالایی را نسبت به سایر ورزش‌ها کسب کرده است (رضوی و همکاران، ۲۰۲۱). ورزش فوتبال با بیشتر از ۲۴۰ میلیون بازیکن، یک میلیون و ۴۰۰ هزار تیم و ۳۰۰ هزار باشگاه در سراسر جهان از رایج‌ترین ورزش‌ها محسوب می‌شود (سیف پناهی شعبانی و همکاران، ۲۰۲۲). برای دست‌اندرکاران فوتبال نقاط گوناگون جهان به‌خوبی آشکار شده است که فوتبال باید از دوران نوجوانی در فوتبالیست ریشه بدواند و رشد فوتبال در هر کشور، راهی جز گذر از مسیر علمی آن ندارد. از این رو تشکیل مدارس تخصصی فوتبال در باشگاه‌ها را مهم‌ترین راهکار برای پرورش استعداد در این رشته باید دانست (سلطانی و وحدانی، ۲۰۱۳). در این زمینه دوستداری و همکاران (۲۰۱۵) تشکیل مدارس تخصصی فوتبال در باشگاه‌ها را مهم‌ترین راهکار برای پرورش استعداد در این رشته می‌دانند. آموزش به فوتبالیست‌های نوجوان و جوان و خانواده‌های آنان موجب نگرش مثبت به شرکت در فعالیت‌های استعدادیابی می‌شود (قبادی عنصرودی و همکاران، ۲۰۲۱). پرونا^۱ و همکاران (۲۰۱۸) معتقدند که شناسایی استعدادها برای جذب بازیکنان نوجوان و تمرین مداوم و مؤثر آنها با هدف دستیابی به رشد بیشینه ممکن، باید بر اساس روش‌شناسی علمی صورت پذیرد. این تمرینات باید با توجه به فرایند بلوغ جسمی و روانی که بازیکن در حال گذر از آن است و همراه با در نظر گرفتن عواملی جدای از قابلیت‌های فیزیکی که بازیکن ارائه می‌کند، باشد. در نتیجه چنین تمریناتی، به‌جای بهره‌گیری ناقص از استعداد نوجوانان، بازیکنان فوتبالی رشد خواهند یافت که می‌توانند آینده‌ای روشن و مداوم را به ارمغان آورند.

در میهن عزیز ما نیز، در میان هزاران کودک و نوجوان می‌توان استعدادهای زیادی را دید که می‌توانند با آموزش صحیح و اصولی در آینده بازیکنان خوب و شاخصی شوند و وظیفه معلمان و مربیان ورزش است که با بالا بردن سطح آگاهی‌های علمی خود و به‌کارگیری روش صحیح آموزش از هر ز رفتن این استعدادها جلوگیری کنند (کروبر^۲ و همکاران، ۲۰۰۹). البته باید دانست که ایران امروز بیش از همیشه به رشد و توسعه همه‌جانبه قوای ذهنی و اخلاقی در امر ورزش نیازمند است. بنابراین متخصصان و معلمان ورزش این سرزمین باید بکوشند که روح جوانمردی، اخلاق نیکوی ورزشی و از همه مهم‌تر، خودشناسی را در کودکان و نوجوانان این مملکت اشاعه دهند؛ چراکه گذشتگان و بزرگان ما همواره برای تعلیم و تربیت اخلاقی و جسمانی کودکان و نوجوانان ارزش و اهمیت خاصی قائل بودند. بنابراین وظیفه ماست تا از طریق مطالعات و تحقیقات علمی و عملی این میراث گذشتگان را در قالب نظریه‌های جدید آموزشی به آیندگان این سرزمین پرافتخار واگذاریم (نبوی و ذکایی، ۲۰۱۹).

به‌طور کلی، یک محیط آکادمی فوتبال با مزایای بسیاری از جمله مربیان سطح بالا، هم‌تیمی‌های ماهر و امکانات آموزشی همراه است. این عوامل اغلب به افزایش انگیزه و بروز استعداد نهفته ورزشکاران منجر می‌شود و از عوامل تأثیرگذار در موفقیت و پیشرفت فوتبالیست‌های نوجوان است (فریزر- توماس^۳ و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین رفتار مربیان ورزش به انگیزه و رفتار ورزشکاران کمک شایانی می‌کند و می‌تواند به تصمیم‌گیری بهتر برای برنامه‌ریزی و آماده‌سازی تیم‌های ورزشی منجر شود. مربی در رهبری تیم به‌عنوان یک سازمان‌دهنده قوی و زیربنای هر پیشرفت مطرح می‌شود و از دیگر عوامل تأثیرگذار در اکتساب و حفظ موفقیت و پیشرفت فوتبالیست‌های نوجوان به حساب می‌آید (قبادی عنصرودی و همکاران، ۲۰۲۱). در این زمینه بایکوا و کوآتس نیز در نتایج تحقیقات خود، ارزش مربیگری در ورزش را در آماده‌سازی، پیشرفت، آموزش رفتارهای اخلاقی و بهزیستی روانی ورزشکاران در تمرینات و مسابقات مشخص کرده‌اند (بیکووا و کوآتس^۴، ۲۰۲۰). البته باید این نکته را در نظر داشت که عملکرد مطلوب در ورزش حاصل ترکیبی از توانایی‌های فنی (تکنیکی و تاکتیکی)، جسمانی (قدرت و سرعت) و روانی (مه‌ار اضطراب، اعتمادبه‌نفس و انگیزه) است و ویژگی‌های

1. Pruna

2. Kruber

3. Fraser-Thomas

4. Bykova & Coates

روانی فوتبالیست‌های نوجوان از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار در موفقیت و پیشرفت آنان است. ورزشکاران موفق هنگام انجام فعالیت ورزشی، انگیزه‌ی مطلوبی را تجربه می‌کنند که سبب می‌شود توجه ورزشکار به شدت بر فعالیت ورزشی متمرکز شود. فقدان انگیزه پیشرفت مانع عملکرد مطلوب ورزشکار می‌شود (واعظ موسوی و موسوی، ۲۰۱۵).

انگیزه پیشرفت نخستین بار توسط موری مطرح شد. مک کلند^۱ و همکاران (۱۹۵۳؛ به نقل از سیف، ۱۴۰۱) واضعان اصلی نظریه انگیزش پیشرفت، بر این باور بودند که بعضی افراد بلندپروازتر از دیگران اند و برای کسب موفقیت در زندگی می‌کوشند. انگیزه پیشرفت عبارت است از کار مشکلی را با موفقیت انجام دادن، تسلط یافتن، اعمال حداکثر سرعت و استقلال عمل در فعالیت‌ها، گذشتن از موانع، رسیدن به درجات ممتاز در فعالیت‌ها، رقابت کردن و پیشی گرفتن از دیگران، و بالا بردن عزت نفس از طریق ارتقای استعدادها است (قدم‌پور و همکاران، ۲۰۲۰). انگیزه پیشرفت یک انگیزه اکتسابی و گرایش برای دستیابی به برتری است (محمودی‌نژاد دزفولی و همکاران، ۲۰۲۰). به اعتقاد هسین و ریچارد^۲ (۲۰۰۲)، انگیزه پیشرفت پایه موفقیت در فعالیت‌های تفریحی رقابتی است. این انگیزه دسته‌ای از معیارهای فردی و اجتماعی است که بازیکن نوجوان برای حل مسئله‌ای که با آن مواجه شده است، به آنها مراجعه می‌کند. در واقع انگیزه پیشرفت شامل معیارهایی در زمینه استدلال بازیکنان برای انتخاب روش‌های حل مسئله است، که این معیارها تحت تأثیر عوامل محیطی قرار می‌گیرند و در موقعیت‌های مختلف، متفاوت‌اند (قریشی و سامانی، ۲۰۱۴؛ ایرج راد و ملک‌زاده، ۲۰۱۷).

یکی از زمینه‌های رشد و پرورش انگیزه پیشرفت فوتبالیست‌های نوجوان استفاده از مداخله است. برای اینکه این برنامه از اثربخشی بیشتری برخوردار باشد، باید بر اساس سه هدف نظام تعلیم و تربیت بدنی (عاطفی، شناختی، روانی - حرکتی) طراحی شود (ادیمو سامر^۳، ۲۰۱۲). از طرفی، به نظر می‌رسد که مشکل رفتاری بازیکنان نوجوان تحت تأثیر عواملی چون فوبیا، استرس و ... بوده و درمان شناختی- رفتاری بهترین رویکرد برای بهبود این سازه‌هاست. منظور مداخلات روانی- اجتماعی است که برای بهبود سلامت روانی انجام می‌گیرد و بر چالش و تغییر اختلالات شناختی (مانند تفکرات، باورها و نگرش‌ها) و همچنین رفتارها تمرکز دارد، که به تنظیمات هیجانی در بازیکن منجر می‌شود و راهبردهای سازگاری فردی را در حل مشکلات رایج ایجاد می‌کند (صادقی و همکاران، ۲۰۲۰). بنابر آنچه ذکر شد، پژوهش حاضر در پی طراحی مداخله‌ای تربیتی- حرکتی است که مبنای طراحی آن بر اساس رویکرد شناختی رفتاری باشد و بتواند تمامی اهداف نظام تعلیم و تربیت بدنی را نیز پوشش دهد. برنامه مداخله‌ای طراحی شده از برنامه‌های آموزشی پژوهش‌های قبلی کامل‌تر است و خلاً پژوهش‌های دیگر را پر می‌کند. در این زمینه زارعی و محمدی (۲۰۱۷) معتقدند که عملکرد موفقیت‌آمیز در ورزش به آمادگی ذهنی بازیکنان بستگی دارد و طراحی برنامه‌های پیشگیری می‌تواند کمک شایانی به آسیب‌های ورزشی کند.

در زمینه اثرگذاری درمان‌های شناختی- رفتاری بر عملکرد ورزشی در پژوهش‌های مختلف، نتایج یکسانی به دست نیامده است. وینبرگ در بررسی مروری خود گزارش کرد که ۸۵ درصد از موارد بررسی شده حاکی از تأثیر مثبت تمرین مهارت‌های روانی بر عملکرد بوده‌اند (وینبرگ و ویلیامز^۴، ۲۰۰۱). همچنین تلول^۵ و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که درصد تکل و پاس‌های صحیح و تماس اول با توپ در فوتبال در نتیجه تمرین مهارت‌های روان‌شناختی شامل آرام‌سازی، تصویرسازی و خودگفتاری در برخی موارد بهبود یافته بود. پژوهش لیم و اسولیان (۲۰۱۶) نیز نشان داد که دقت پنالتهای فوتبال بر اثر مداخلات تغییر بسیار اندکی داشت، چراکه به نظر می‌رسید بازیکنان جوان تمرکز بیشتری روی سرعت حرکت داشتند تا دقت حرکت.

بر اساس آنچه گفته شد، ضرورت مطالعه انگیزه پیشرفت در فوتبالیست‌های نوجوان و لزوم بهره‌گیری از راهبردهای مداخله‌ای روانشناسی ورزشی مبرهن است. با توجه به نقش انگیزه پیشرفت در موفقیت، پیشرفت و عملکرد مطلوب فوتبالیست‌های نوجوان و با عنایت به نتایج متناقض پژوهش‌های بیان شده، پژوهش حاضر ملزم به نظر می‌رسد. در این پژوهش بر مرحله نوجوانی که بیشتر نیازمندی‌های مربوط به مشاوره‌های روانشناسی ورزشی در این سنین مشاهده شده است، تمرکز شد. با توجه به اینکه سن قهرمانی پایین

1. Murray

2. McClelland

3. Hsein & Richard

3. Adeyemo Samer

4. Weinberg & Williams

5. Thelwell

آمده، اگر شخصی در سن کم بتواند به سطح بالاتر مهارت روانی دست یابد، موفقیت بیشتری به دست می‌آورد و سال‌ها از این مزیت سود خواهد برد. از این رو پژوهش حاضر با هدف طراحی و اثربخشی یک مداخله تربیتی - حرکتی بر انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا انجام گرفت.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر در قالب یک طرح نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری با گروه کنترل بود. جدول ۱ طرح پژوهشی حاضر را نمایش می‌دهد.

جدول ۱. طرح تحقیق

گروه	گزینش	پیش‌آزمون	مداخله	پس‌آزمون	پیگیری
آزمایش	R	T1	✓	T2	T3
کنترل	R	T1	-	T2	T3

شرکت‌کنندگان

جامعه آماری مشتمل بر تمامی کودکان و نوجوانان ۱۲ تا ۱۶ ساله عضو مدارس فوتبال باشگاه سایپا در سال ۱۴۰۱ بود. به منظور تعیین حجم نمونه از فرمول اندازه نمونه برای مقایسه دو میانگین (رابطه ۱) استفاده شد (سایه میری، ۲۰۱۴).

$$n = \left[\frac{2(Z_{1-\alpha} + Z_{1-\beta})\sigma}{(\mu_1 - \mu_2)} \right]^2 \quad \text{رابطه ۱}$$

بدین ترتیب ۶۰ نفر با روش نمونه‌گیری هدفمند بر اساس ملاک‌های ورود و به‌طور تصادفی در دو گروه ۳۰ نفره (گروه آزمایش و گروه کنترل) گمارده شدند. شرایط ورود به پژوهش شامل قرار داشتن در دامنه سنی ۱۲ تا ۱۶ سال، عدم حضور نوجوان در مداخله مشابه به‌طور همزمان، تمایل به مشارکت در پژوهش و ارائه رضایت‌نامه کتبی برای شرکت در تحقیق بود. از جمله معیارهای خروج نیز عدم تمایل به ادامه همکاری در پژوهش، مشاهده رفتارهای کنترل‌نشده (فحاشی و دشنام، از کوره در رفتن و عصبانی شدن و رفتارهای پرخسونت) و غیبت بیش از دو جلسه در طول اجرای برنامه آموزشی بود.

ابزار

پرسشنامه انگیزش پیشرفت^۱

این پرسشنامه توسط هرمنس^۲ (۱۹۷۰) ساخته شد. پرسشنامه هرمنس دارای ۲۹ سؤال است و بر اساس ۹ ویژگی طراحی شده است. سؤالات پرسشنامه به‌صورت جملات ناتمام بیان می‌شود و برحسب اینکه انگیزه پیشرفت از کم به زیاد باشد، به آنها نمره ۱ تا ۴ تعلق می‌گیرد. نمره‌گذاری بعضی از سؤالات به‌صورت مثبت و بعضی دیگر به‌صورت منفی ارائه شده است. دامنه نمره از ۲۹ تا ۱۱۶ است. نمره کل از مجموع سؤالات به‌دست می‌آید. نمرات بالا (بالاتر از میانگین) بیانگر انگیزش پیشرفت بالا و نمرات پایین (پایین‌تر از میانگین) بیانگر انگیزش پیشرفت پایین است. هرمنس با استفاده از روایی محتوا و ضریب همبستگی هر سؤال با رفتارهای پیشرفت‌گرا، ضرایب سؤالات پرسشنامه را در دامنه‌ای از ۰/۳۰ تا ۰/۵۷ به‌دست آورد. همچنین ضریب پایایی پرسشنامه انگیزش پیشرفت با استفاده از روش آلفای کرونباخ و روش بازآزمایی پس از گذشت سه هفته به میزان ۰/۸۴ محاسبه شد. در ایران، نوحی و همکاران (۱۳۹۱) روایی ابزار را با

۱. Achievement Motivation Questionnaire

۲. Hermans

روش اعتبار سازه بررسی و تأیید کردند. آنان پایایی و ثبات درونی ابزار را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش کردند (طهماسبی‌پور و همکاران، ۲۰۲۱). در پژوهش حاضر روایی محتوایی مقیاس با استفاده از نظر هفت نفر از صاحب‌نظران بررسی و تأیید شد. همچنین نتایج پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای عوامل در دامنه‌ای از ۰/۷۹ تا ۰/۹۰ به‌دست آمد.

برنامه مداخله‌ای تربیتی - حرکتی

برای تدوین برنامه تربیتی - حرکتی، ابتدا پیشینه و مبانی نظری برنامه با توجه به تکنیک‌های حل مسئله با رویکرد شناختی - رفتاری توسط پژوهشگر و با نظارت استادان بررسی شد. به نظر فونتاناری^۱ (۲۰۱۷) حل مسئله فرایندی شناختی - رفتاری و مبتکرانه است که فرد به کمک آن راهبردهای مؤثر و سازگارانه برای مقابله با مشکلات روزمره را شناسایی یا ابداع می‌کند. برنامه مداخله‌ای متشکل از دو بخش حرکتی و تربیتی بر اساس نشانه‌های انگیزه پیشرفت نوجوانان مدارس فوتبال و با هدف ارتقای حل مسئله گروهی، کنترل هیجانات منفی و آرام‌سازی، بهبود روابط اجتماعی و کاهش مشکلات رفتاری طراحی شد. محتوای جلسات درمانی یک الگوی آموزشی برگرفته از روانشناسی فوتبال (کیل و فورزونی؛^۲ ۲۰۱۹)، کتاب آماده‌سازی یک تیم فوتبال موفق در شش هفته (اشموگه؛^۳ ۲۰۱۶)، توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ (قنبری‌ها و شاه‌محمدی،^۴ ۲۰۱۹)، تأثیر یک برنامه ۱۰ هفته‌ای تمرین حسی حرکتی بر تعادل و چابکی در بازیکنان فوتبال نوجوان (سیکورا و لاینک؛^۴ ۲۰۲۳)، تقویت مهارت‌های حسی - حرکتی (فرهید و همکاران،^۵ ۲۰۱۷)، کلیات تربیت بدنی در مدارس (نبوی و ذکایی،^۶ ۲۰۱۹)، تربیت پهلوانی (شفیعی سروستانی،^{۱۳۹۵})، فهم سبک حل مسئله فردی: کلید یادگیری و به‌کارگیری حل مسئله خلاق (ترفینگر^۵ و همکاران ۲۰۰۷) و جعبه ابزار رفتار درمانی شناختی (CBT) برای کودکان و نوجوانان (فایفر^۶ و همکاران، ۲۰۱۹) بود. سطح برنامه از ساده به پیچیده تغییر کرده و محتوای همه جلسات از رویکرد شناختی رفتاری و آموزش حل مسئله تبعیت می‌کرد. پس از بررسی و متناسب‌سازی تکنیک‌های شناختی - رفتاری و حل مسئله، روایی محتوایی این برنامه توسط گروهی ارزیاب (چهار نفر از متخصصان دارای دکتری روانشناسی تربیتی، یک نفر از متخصصان دارای دکتری روانشناسی عمومی و دو نفر از متخصصان دارای دکتری روانشناسی ورزشی) بررسی شد و پس از اعمال نظرهای تخصصی آنان، تأیید نهایی شد. در ادامه، شرح مختصری از مداخله تربیتی - حرکتی در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. خلاصه جلسات مداخله تربیتی - حرکتی برای دانش‌آموزان مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا

جلسه	هدف	محتوای بخش تربیتی	محتوای بخش حرکتی
۱	آشنایی با فعالیت‌های دوره برای فوتبال‌آموزان	معرفی نوع فعالیت‌هایی که در این مجموعه کلاس‌ها انجام می‌گیرد. روش‌های مواجهه و بیان مثبت یک مسئله برای دستیابی به راه‌حل‌های مناسب، گذر از مرحله ساخت فرصت‌های حل مسئله خلاق در مواجهه با مسائل بین‌فردی، مواجهه با مشکل با در نظر داشتن هدف، آشنایی با روش‌های استفاده متفاوت از یک چیز مانند روزنامه و طناب، استفاده از راه‌های مختلف برای انجام یک فعالیت موردنظر	انجام نرمش‌های صبحگاهی برای فهم ناهنجاری‌های حرکتی آنها.
۲	کنترل هیجانات	تشخیص و مدیریت احساسات و توجه به سرخ‌های احساسات در دیگران، آشنایی فوتبال‌آموزان با مفاهیم و واژگان مربوط به احساسات خوشایند و ناخوشایند، انجام بازی‌ها و فعالیت‌هایی که به تشخیص احساسات کمک کند، بحث و بررسی درباره روش‌های مناسب ابراز احساسات.	انجام بازی‌های فردی که نیاز به انجام حرکتی ساده دارد، برای دادن الگوهایی برای بهبود یافتن حرکات به‌صورت بازی که برای فرد خوشایند باشد.

1. Fontanari

2. Cale & Forzoni

3. Schmutge

4. Sikora & Linek

5. Treffinger

6. Phifer

<p>پیشرفت در انجام تمرینات و بازی‌ها با استفاده از وسایل ورزشی مثل روپایی زدن یا شوت زدن به داخل لاستیک. در این جلسه سعی می‌شود حرکات کم‌کم از حالت بازی‌گونه به سمت حرکات هدفدار سوق داده شود.</p>	<p>معرفی مراحل حل مسئله، معرفی نردبان حل مسئله بین‌فردی، تمرین سه پله اول از مراحل پلکان نردبان حل مسئله: «احساس، تشخیص مشکل و هدف». به‌کارگیری سه گام اول درباره شخصیت‌های داستان‌های مختلف یا ماجراهایی که در کلاس رخ می‌دهد.</p>	<p>۳ انجام آشنایی با حل مسئله</p>
<p>انجام بازی‌های زمین کوچک به‌منظور ایجاد حس رقابت در فعالیتی مثل گرفتن توپ دیگران بدون از دست دادن توپ خود.</p>	<p>آشنایی با مرحله کشف داده‌های حل مسئله خلاق برای شناخت مسائلی که در کلاس پیش می‌آید به‌جای شکایت به آموزگار، استفاده از نردبان حل مسئله درباره مشکلات، آشنایی با جداول کشف داده‌ها: منابع داده‌ها و به‌کارگیری این جداول در شناخت مشکلات کلاسی به‌منظور حل این مشکلات بدون مراجعه و شکایت به مربی/معلم، بالا بردن حس همکاری کلاسی، سعی در درک نظرهای دیگران و توجه به احساسات دیگران.</p>	<p>۴ شناسایی مشکلات</p>
<p>انجام یک سری فعالیت‌ها و بازی‌های دو و سه‌نفره</p>	<p>استفاده از مهارت‌های حل مسئله در توقف قلدری و اذیت و آزار جسمی و کلامی، استفاده از مرحله کشف داده‌های حل مسئله خلاق در شناخت مشکل زورگویی و قلدری، ارائه داستان‌ها و نمایش‌های عروسکی درباره جرات‌ورزی و قاطعیت، میانه‌روی در رفتار بین رفتارهای پرخاشگرانه و منفعلانه.</p>	<p>۵ مراقبت از خود</p>
<p>انجام بازی‌های گروهی در قالب حرکات فوتبالی ۳ در برابر ۳ و ۴ در برابر ۴</p>	<p>معرفی ابزارهای پردازش ایده‌های جدید به‌صورت عینی درباره یک مشکل یا محصول فیزیکی. در این جلسه تکنیک‌های پرورش خلاقیت به‌صورت روش‌های بهینه‌سازی یک محصول مانند یک صندلی به کلاس معرفی می‌شود، تکنیک‌های ارتباط اجباری و فهرست ویژگی‌ها در ارتباط با صندلی مورد استفاده قرار می‌گیرد، تا این ابزارها ابتدا در فضای عینی آموخته شده و سپس به فضای مسائل بین‌فردی منتقل شوند. وسایلی از جمله خمیر، ماکارونی، کبریت و چوب بستنی در اختیار فوتبال‌آموزان قرار می‌گیرد تا به شکلی که مطلوب می‌دانند این صندلی را به شکلی خلاقانه بسازند.</p>	<p>۶ خلاقیت در ارتباط</p>
<p>انجام بازی‌های تیمی ۷ در برابر ۷</p>	<p>آموزش و تشویق فوتبال‌آموزان به استفاده از مهارت حل مسئله در مواجهه با فشار همسالان. در این جلسه به معرفی ابزار پردازش ایده‌های خلاق و کاربرد آنها در روابط بین‌فردی پرداخته می‌شود و استفاده از این تکنیک در مواجهه با فشار همسالان ارائه می‌شود. استفاده از تکنیک‌هایی که تا به آن موقع آموخته‌اند (احساس، مشکل، هدف، بیان مثبت هدف، به‌جای بیان منفی مشکل، درباره مشکل جدید که مواجهه با فشار همسالان است، معرفی و به‌کارگیری ابزارهای پردازش ایده‌های جدید از جمله بارش فکری، ارتباط اجباری و فهرست خصوصیات در حل مسئله فشار همسالان مورد تمرین صورت می‌گیرد).</p>	<p>۷ مواجهه با فشار</p>
<p>تلفیق حرکات نیازمند هماهنگی و عبور از بین موانع همراه با کار با توپ</p>	<p>آموزش و تشویق فوتبال‌آموزان در به‌کارگیری ابزارهای تفکر منتقدانه و تمرکز ایده درباره مشکل مواجهه با فشار همسالان. این ابزارها عبارت‌اند از: منافع محدودیت‌ها، ماتریس ارزیابی، ترتیب‌دهی و ایده‌های عالی و مناطق هدف. به‌عبارت دیگر در این جلسه به بحث و بررسی بیشتر درباره ایده‌های پیشنهادشده در جلسه گذشته پرداخته می‌شود و با توجه به تکنیک‌های تمرکز ایده به انتخاب مناسب‌ترین ایده با توجه به معیارهای انتخاب‌شده مانند هزینه، وقت، رضای والدین و خداوند پرداخته می‌شود.</p>	<p>۸ به‌کارگیری ایده‌ها در مواجهه با فشار</p>
<p>آموزش حمله و دفاع و انتقال بین آنها</p>	<p>در این جلسه به‌کارگیری روش‌های آموخته‌شده در جلسات گذشته به‌منظور حفظ آرامش در مواجهه با نگرانی و عصبانیت تمرین می‌شود.</p>	<p>۹ حفظ آرامش در مواجهه با نگرانی</p>

	<p>آشناسازی دانش‌آموزان و تمرین آنها در استفاده از ابزارهای فهرست خصوصیات، ارتباط اجباری در مواجهه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز، تحریک‌کننده عصبانیت و اضطراب صورت می‌گیرد.</p>	
<p>انجام حرکات مارپیچ و هماهنگی‌های یک و دونفره</p>	<p>این جلسه شامل آشناسازی و تمرین فوتبال‌آموزان با استفاده از سه پله اول نردبان حل مسئله اجتماعی به منظور ارائه انتقاد سازنده (امر به معروف و نهی از منکر مؤثر) خواهد بود. انتقاد منفی و انتقاد سازنده و مثبت از طریق نمایش‌ها و داستان‌های مختلف ارائه داده می‌شود و فوتبال‌آموزان استفاده از سه گام اول نردبان برای فرستادن «من پیام»‌های مناسب و هدفمند را تمرین می‌کنند. تکنیک پرورش خلاقیت سکمپر معرفی می‌گردد و استفاده از این تکنیک در ارائه انتقاد سازنده نیز تمرین می‌شود.</p>	<p>۱۰ انتقاد مثبت در برابر انتقاد منفی</p>
<p>تلفیق حرکات پلايومتریک با تمرینات سرعت و دقت</p>	<p>در این جلسه ابتدا مشخصات رفتارهای دوستانه و مطلوب در دوستی مورد بحث قرار می‌گیرد. تکنیک‌های حل مسئله خلاق برای شناخت دقیق‌تر شرایط، تکنیک‌های سکمپر، ارتباط اجباری، منافع محدودیت‌ها، ماتریس ارزیابی، تحلیل مقایسه‌ای جفتی در زمینه دوست‌یابی، برقراری رابطه سالم با همسالان و نگهداری دوستی‌ها استفاده می‌شود. در این جلسه با در نظر گرفتن راه‌حل‌های عنوان‌شده برای مسئله دوست‌یابی، از مؤلفه آمادگی برای اجرای مرحله توسعه راه‌حل‌های حل مسئله خلاق عبور می‌شود و راه‌حل‌های مختلف ارائه‌شده مورد بررسی و توسعه قرار می‌گیرد.</p>	<p>۱۱ دوست‌یابی</p>
<p>بازی‌های ۶ در برابر ۶ به همراه ۶ نفر یار کمی</p>	<p>در این جلسه به معرفی دیدگاه‌های متفاوت افراد مختلف پرداخته می‌شود و مهارت‌های گوش کردن فعال و استفاده از نردبان حل مسئله اجتماعی برای درک دیدگاه دیگران مورد استفاده و تمرین قرار می‌گیرد. داستان لمس کردن فیل در تاریکی مثنوی مولوی و فعالیت مشابهی مورد استفاده قرار می‌گیرد، همچنین فعالیت‌هایی از قبیل ردپا استفاده می‌شود که در آن افراد احساس، مشکل و هدف خود را درباره یک تعارض با شخص دیگر روی یک چاپای ساختگی بیان می‌کنند، سپس جای خود را با شخص مقابل عوض می‌کنند و به بیان احساس، مشکل، هدف با دیدگاه شخص مقابل می‌پردازند. هدف از این فعالیت، کمک به دانش‌آموزان در پذیرش دیدگاه دیگران در موقعیت‌های چالش‌برانگیز است. در این جلسه همچنین به معرفی مرحله ایجاد پذیرش از مؤلفه آمادگی برای اجرای حل مسئله خلاق پرداخته می‌شود. در حقیقت پس از انتخاب راه‌حل‌ها به بررسی یاری‌دهندگان راه‌حل موردنظر و مخالفان با یک راه‌حل پرداخته می‌شود.</p>	<p>۱۲ کسب مهارت‌های ارتباطی</p>
<p>آموزش حمله و دفاع در ضربات ایستگاهی</p>	<p>در این جلسه به آشناسازی و تمرین مفهوم صبر در برابر ناکامی‌ها و ناملایمات و داشتن آرامش در روابط بین‌فردی پرداخته می‌شود. از آنجا که ارتباط صبر در ناکامی‌ها و رفتارهای غیرتکانشی و توانایی حل مسئله نیز در پژوهش‌های متفاوتی بررسی شده است. در این جلسه به تمرین‌هایی برای جلب توجه دانش‌آموزان به پیامدهای عجله کردن و کم‌صبری در مقابل مشکلات از طریق نمایش‌های عروسکی و داستان‌هایی در این زمینه پرداخته شد. به آنها شکلات‌هایی داده شد و از آنها خواسته شد تا انتهای کلاس آنها را نگاه‌دارند. نردبان حل مسئله به اضافه مؤلفه صبر به دانش‌آموزان معرفی و از آنها خواسته شد تا عامل صبر را در موارد حل مسئله خود لحاظ کنند.</p>	<p>۱۳ بهبود مهارت‌های ارتباط کلامی</p>
<p>آموزش تاکتیک‌های هجومی</p>	<p>در این جلسه «قانون طلایی»: «هرچه برای خود نمی‌پسندید، برای دیگران هم نپسندید» یا «آن‌طور با دیگران رفتار کنید که دوست دارید</p>	<p>۱۴ ارتقای توانایی حل مسئله</p>

	دیگران با شما رفتار کنند» به فوتبال آموزان معرفی می‌شود و سعی می‌کنیم تا از طریق نمایش‌ها و فعالیت‌های گوناگون درک دانش آموزان از این قانون تقویت شود و در موقعیت‌های چالش برانگیز به کار گرفته شود. در این جلسه همچنین مرحله طراحی فرایند از مؤلفه برنامه‌ریزی مسیر حل مسئله خلاق بررسی و استفاده می‌شود. یکی از فعالیت‌های مورد استفاده در این جلسه نوشتن این قانون به صورت خلاقانه و ساختن پرچم و تابلو برای این قانون به وسیله کاغذ رنگی، چوب بستنی و وسایل دیگر کاردستی خلاق است.		
۱۵	ترکیب مهارت‌های آموخته شده	این جلسه به مرور مسائل مهم مطرح شده در جلسات قبل و انجام آزمون خلاقیت تورنس اختصاص می‌یابد. همچنین فعالیت‌های حل مسئله برگزار می‌شود.	در بیلینگ و یک در برابر یک
۱۶	پایان دوره	اختتامیه دوره به همراه نمایش‌های شاد و گروهی و نیز جشن دسته‌جمعی برگزار می‌شود و گواهی شرکت به همه فوتبال‌آموزان اعطا می‌شود. اجرای آزمون.	بازی ۱۱ در برابر ۱۱

روند اجرای پژوهش

ابتدا مجوزهای لازم از دانشگاه تهران به منظور معرفی به مدارس فوتبال باشگاه سایپا در شهر تهران گرفته شد. پس از اعلام آمادگی مسئولان، جلسه توجیهی برای نوجوانان برگزار شد و رضایت‌نامه کتبی از آنان اخذ شد. در ادامه، پرسشنامه انگیزش پیشرفت توسط نوجوانان تکمیل و نمرات آن جهت پیش‌آزمون ثبت شد. سپس گروه آزمایش تحت آموزش برنامه آموزشی تربیتی - حرکتی در ۱۶ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند و گروه کنترل در فهرست انتظار بودند. پس از اتمام جلسات آموزشی و یک ماه و نیم بعد، مطابق روش پیش‌آزمون مجدد پرسشنامه انگیزش پیشرفت به عنوان پس‌آزمون و پیگیری توسط نوجوانان در گروه آزمایش و گروه کنترل تکمیل شد. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، نمونه موردنظر با شماره‌هایی به عنوان کد مشخص شد و از ذکر نام آزمودنی خودداری به عمل آمد، رضایت‌نامه کتبی از نوجوانان اخذ شد و اصول اخلاقی مانند محرمانه ماندن اطلاعات و رازداری کاملاً رعایت شد.

روش آماری

داده‌های حاصل از اجرای پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر در نرم‌افزار *اس پی اس/اس ۲۳* تحلیل شدند.

یافته‌های پژوهش

شاخص‌های آزمودنی‌ها بر حسب ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۱۴/۲۰ سال و انحراف استاندارد ۱/۱۹ بوده است. بیشترین درصد فراوانی مربوط به بازیکنانی با سابقه ورزشی دو سال (۳۰ درصد) بود. در بخش کمی ابتدا، میانگین و انحراف استاندارد متغیر پژوهش محاسبه شد. نتایج در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیرها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه

متغیر	مرحله	گروه آزمایش		گروه کنترل
		میانگین	انحراف استاندارد	
انگیزه پیشرفت	پیش‌آزمون	۷۸/۵۶	۱۱/۱۸	۷۸/۸۳
	پس‌آزمون	۸۶/۰۰	۱۱/۰۷	۷۵/۶۰
	پیگیری	۸۲/۸۳	۱۱/۱۱	۷۵/۳۶

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول ۳ میانگین نمرات انگیزه پیشرفت در گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون و پیگیری تغییراتی داشته است. برای تعیین معناداری تغییرات حاصل از آزمون تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. استفاده از این آزمون مستلزم رعایت چند پیش‌فرض اولیه است، نخست پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیر پژوهش با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف بررسی شد. نتایج آزمون نشان داد که مقادیر به‌دست‌آمده از ۰/۰۵ بزرگ‌تر بوده و توزیع نمرات نرمال تأیید شد ($P > 0/05$). بررسی نتایج آزمون ام‌باکس متغیر پژوهش نشان می‌دهد که آزمون معنادار است و نتایج نشان داد که مفروضه همگنی واریانس-کوواریانس برقرار نیست ($P < 0/05$). اما با توجه به برابری تعداد دو گروه می‌توانیم از این مفروضه عبور کنیم. به‌منظور ارزیابی مفروضه یکسانی واریانس خطا از آزمون لوین استفاده شد. نتایج آزمون حاکی از آن بود که مفروضه همگنی واریانس‌های خطای متغیر پژوهش در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون برقرار است ($P > 0/05$). در نهایت، بررسی نتیجه آزمون کرویت موچلی حاکی از رعایت این مفروضه بود و ساختار ماتریس واریانس-کوواریانس تأیید شد ($P > 0/05$). نتایج در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج همگنی کوواریانس، کرویت موچلی، همگنی واریانس‌های نمرات انگیزه پیشرفت در دو گروه

متغیر	ام‌باکس (F)	کرویت موچلی (خی دو)	لوین	
			پیش‌آزمون	پس‌آزمون
انگیزه پیشرفت	۵۱/۲۴ (۸/۰۶)	۰/۹۲ (۴/۳۶)	۰/۰۸	۱/۱۰
	$p=0/001$	$p=0/113$	$p=0/778$	$p=0/297$
				$p=0/918$

در ادامه، از آزمون تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر برای بررسی تفاوت بین گروه آزمایش و گروه کنترل استفاده شد. نتایج در جدول ۵ گزارش شده است.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر برای بررسی تفاوت کلی گروه‌ها برای تأثیرات درون‌گروهی و تعامل (لامبدای ویلکز)

متغیر	عامل	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور اتا
انگیزه	زمان	۳۴/۹۶	۲	۵۷	۰/۰۰۱	۰/۵۵
	زمان* گروه	۰/۱۵	۲	۵۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴

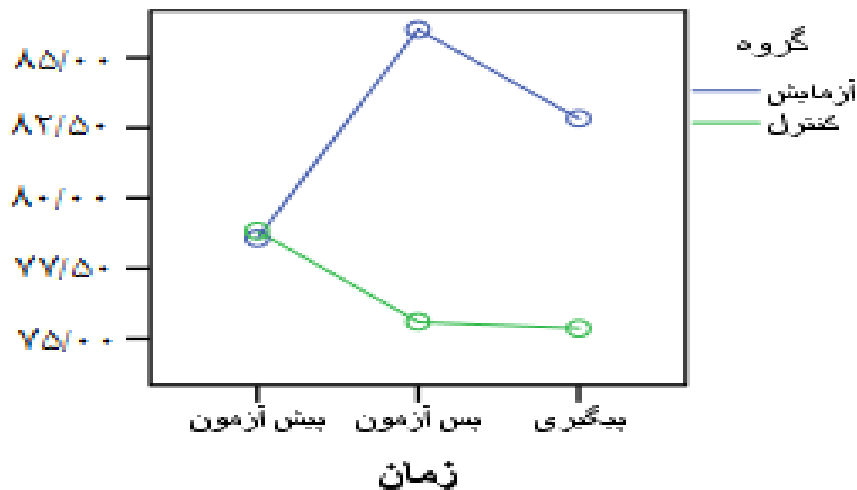
با توجه به اطلاعات ارائه‌شده در جدول ۵ نتایج نشان داد که نمره متغیر انگیزه پیشرفت در ۳ زمان (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری)، تفاوت معناداری با هم دارد ($P < 0/05$). همچنین بین نمره عامل (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) و گروه‌ها در متغیر انگیزه پیشرفت تفاوت معناداری مشاهده شد ($P < 0/05$). در مرحله بعد، تفاوت متغیر انگیزه پیشرفت در گروه مداخله و کنترل بررسی شد. نتایج در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج تحلیل کوواریانس با اندازه‌گیری مکرر برای بررسی تفاوت گروه‌ها در متغیر انگیزه پیشرفت

متغیر	منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	اندازه اثر
انگیزه	زمان	۱۴۴/۴۰	۱	۱۴۴/۴۰	۷۰/۸۵	۰/۰۰۱	۰/۵۵
	زمان* گروه	۴۶۲/۴۰	۱	۴۶۲/۴۰	۲۲۶/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۷۹
پیشرفت	خطا	۱۱۸/۲۰	۵۸	۲/۰۳			
	گروه	۱۵۴۸/۸۰	۱	۱۵۴۸/۸۰	۴/۰۷	۰/۰۴۸	۰/۰۶

یافته‌های جدول ۶ حاکی از آن است که تأثیرات اصلی عضویت گروهی (آموزش مداخله تربیتی- حرکتی در مقابل عدم ارائه آموزش) در گروه‌های پژوهشی در مجموع، از نظر نمرات انگیزه پیشرفت تفاوت معناداری را نشان می‌دهند ($P < 0/05$). به‌عبارت دیگر آموزش مداخله تربیتی- حرکتی بر افزایش نمرات متغیر پژوهش گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، معنادار بود. در آخر، با استفاده از نمودار،

نحوه روند تغییر میانگین متغیرهای پژوهش طی سه مرحله (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) و در دو گروه (آزمایش و کنترل) نشان داده شده است.



شکل ۱. اثر تعامل زمان و گروه بر انگیزه پیشرفت

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف طراحی و اثربخشی مداخله تربیتی - حرکتی بر انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا انجام گرفت. نتایج نشان داد که مداخله تربیتی - حرکتی در روایی محتوا، سطح قابل قبولی داشته و به نظر می‌رسد در بهبود انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال مؤثر بوده است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش **زارعی و محمدی (۲۰۱۷)**، **وینبرگ (۲۰۰۱)** و **تلول و همکاران (۲۰۱۰)** همسوست.

زارعی و محمدی (۲۰۱۷) بر این باور بودند که طراحی برنامه‌های پیشگیری کمک شایانی به آمادگی ذهنی بازیکنان و عملکرد موفقیت‌آمیز آنان کرده و از یافته‌های این پژوهش حمایت می‌کند. نتایج پژوهش **تلول و همکاران (۲۰۱۰)** نیز حاکی از آن بود که عملکرد بازیکنان در فوتبال با تمرین مهارت‌های روان‌شناختی بهبود یافته بود و منطبق با یافته‌های پژوهش حاضر است.

در تبیین یافته‌های به‌دست‌آمده می‌توان گفت که یکی از چالش‌های مهم در علوم ورزشی، شناسایی عوامل تأثیرگذار در اکتساب و حفظ موفقیت و عملکرد مطلوب بازیکنان است. بازیکنان نوجوان برای رسیدن به موفقیت ورزشی باید ویژگی‌های خاصی داشته باشند. یکی از این ویژگی‌ها داشتن انگیزش است. انگیزه پیشرفت یکی از انواع انگیزش است که در حیطه روانشناسی ورزش از اهمیت خاصی برخوردار بوده و در علت‌یابی و پیش‌بینی رفتار بازیکنان مورد توجه است (**واعظ موسوی و همکاران، ۲۰۱۵**). هدف انگیزش تقویت اعمال و احساس‌های مطلوب بازیکنان است و همین حالات مطلوب کمک شایانی به بازیکنان در مطرح شدن آنان در سطح ملی و بین‌المللی می‌کند. مهارت‌های روان‌شناختی مانند اعتمادبه‌نفس و انگیزش، از ویژگی‌های شخصیتی بازیکنان ماهر است. تحقیقات نشان داده است که برخی از برنامه‌های آموزشی مانند استفاده از تکنیک‌های حل مسئله می‌تواند جهت ارتقای انگیزش بازیکنان بسیار کاربردی باشد.

بدین‌منظور در پژوهش حاضر فوتبال‌بالیست‌های نوجوان با مراحل روش حل مسئله آشنا شدند و از آنان خواسته شد که تکنیک‌هایی را که در این روش به آنان معرفی شده است، در مسائل و مشکلاتی که برایشان در کلاس پیش می‌آید، به کار گیرند. با آموزش حل مسئله آنان متوجه شدند که مسائل قابل حل و در کنترل آنهاست و می‌توان با مشورت و یادگیری مهارت‌های لازم، آنها را حل کرد. برای مثال با استفاده از تکنیک نمایش خلاق بازیکنان نوجوان دریافته‌اند که رفتار قلدری، از جمله مشکلات انطباقی است و با خشونت رابطه مستقیمی دارد. این رفتارها سبب عدم مقبولیت آنان در بین همسالان می‌شود. به‌طوری‌که افرادی که موفق به کسب پذیرش همسالان

نشده و از سوی آنان طرد می‌شوند، با مشکلات زیادی مواجه می‌شوند. احساس تنهایی در مدرسه از بارزترین این مسائل است که از طرد توسط همسالان نشأت می‌گیرد. به بازیکنان نوجوان یادآوری شد فوتبال بازی است گروهی و موفقیت یک گروه مستلزم انسجام و هماهنگی اعضای گروه است؛ چراکه تمامی اعضای یک گروه برای رسیدن به هدفی مشترک تلاش می‌کنند.

با تشویق فوتبالیست‌های نوجوان به یادداشت‌برداری از احساسات خوشایند و ناخوشایند خود در پیش و پس از انجام فعالیت‌های ورزشی، به آنان کمک شد که بیشتر با هیجانات خود آشنا شوند و احساسات مرتبط با مشکل را تشخیص دهند. سپس با استفاده از روش بارش فکری از نوجوانان ورزشکار خواسته شد راه‌حل‌های مختلف برای آن مسئله ارائه دهند. به آنان توصیه شد که هیچ انتقادی از هیچ ایده‌ای جایز نیست و به تولید ایده بیشتر (با توجه به معیارهای انتخاب‌شده مانند هزینه، وقت، رضای والدین و خداوند) تا رسیدن به بهترین ایده ادامه دهند. در نهایت، بهترین راه‌حل را شناسایی و آن را به عمل تبدیل کنند.

با تأکید بر این جمله که «روح سالم در بدن سالم است»، سعی شد آموزش زمینه‌های رشد قوای اخلاقی و جسمانی با روش صحیح و اصولی تبیین شده و به‌جای تأکید بر پیروزی، اعتمادبه‌نفس و پیشرفت بازیکنان تشویق شود. بدین ترتیب بازیکنان نوجوان پس از اعمال مداخله دریافتند که ورزش را به‌عنوان یک ابزار برای کسب سلامتی انتخاب کنند و دلیل اصلی شرکت در این ورزش را اصل سرگرمی و لذت بردن از فوتبال بدانند. با ایجاد چنین نگرشی آنان هنگام شکست کمتر دچار احساس نگرانی و کمبود می‌شدند و بیشتر روی کارها و وظایف خود پافشاری می‌کردند. در واقع، به‌علت افزایش انتظارات بازیکنان از توانایی‌های خویش، برای رسیدن به اهداف و برآورده کردن انتظارات خود و دیگران از هیچ تلاش و پشتکاری دریغ نمی‌کردند. آنان به این مطلب پی برده بودند که ترس از شکست مانع خلاقیت آنان در بازی می‌شود و انگیزش آنها را در بازی کاهش می‌دهد. با اجرای نمایش خلاق آنان با مفهوم صبر به‌عنوان یک روش مؤثر در برابر ناکامی‌ها در هنگام بازی آشنا شدند.

فوتبالیست‌های نوجوان یاد گرفتند که اگر بازیکن از اشتباه کردن بترسد، یادگیری و پیشرفت آنها ممکن است به‌کندی پیش برود. بنابراین هنگام مواجهه با نگرانی بهتر است آرامش خود را حفظ کرده، به‌دقت حقایق و واقعیت‌های مربوط به آن موقعیت را بررسی کرده، نظرات منطقی منفی و احساسات و هیجانات منفی را با به‌کارگیری تکنیک توقف فکر خنثی کرده و خودگویی‌های مثبت را جایگزین خودگویی‌های منفی خود کنند. در ادامه سعی کنند به ابراز ایده‌ها و راه‌حل‌های جدید و خلاقانه در آن موقعیت بپردازند و در آخر با فهرست کردن نظرهای خوب، اشتباهات و دوباره‌کاری‌های خویش به ارزیابی و سازماندهی مجدد در کارها بپردازند. با اجرای موفقیت‌آمیز بازیکنان احساس شایستگی، خشنودی، عزت نفس و پذیرش خود در آنان شکل گرفت که این امر علت اصلی ارتقای انگیزه پیشرفت در آنان بود.

بازیکنان نوجوان بر اساس الگوی اسکمپر و رعایت اصل ارتباط اجباری (پاسخ‌های به تکنیک اسکمپر هر چقدر هم که غیرمنطقی باید پذیرفته شود) و طرح سؤالاتی مانند «چه کسی را می‌توان در این پست جایگزین کرد بدون آنکه بر فرایند کار تأثیر بگذارد؟» یا «چه ایده‌هایی را می‌توان با هم ترکیب کرد تا نتیجه بهتری حاصل شود؟» به درک بیشتری از دیدگاه‌های مختلف نائل آمدند. آنان سعی کردند در موقعیت‌های چالش‌برانگیز دیدگاه‌های دیگران را نیز در نظر بگیرند و از رفتارهای دوستانه و مطلوب به‌عنوان ارتباط مؤثر بهره ببرند. آنان یاد گرفتند که ارتباط مؤثر وسیله مناسبی برای انتقال داده‌ها بین افراد، نشان دادن احساسات به دیگران و تصحیح سوءتفاهم‌هاست. آنها پس از اجرای جلسات مداخله، بیش‌ازپیش از مهارت‌های ارتباطی مانند ارتباطات کلامی و غیرکلامی (زبان بدن) و مهارت گوش کردن فعال مطلع می‌شدند و سعی می‌کردند این مهارت‌ها را هنگام بازی به‌کار گیرند. فوتبالیست‌های نوجوان آموختند که یکی از کارکردهای مفید برقراری ارتباط دوستانه با دیگران، ثبات هیجانی است؛ به‌طوری‌که ارتباط مؤثر و سازنده سبب آرامش، افزایش ضریب موفقیت آنان در تیم خواهد شد و بدون تعامل بین‌فردی مؤثر نمی‌توانند هنگام بازی به پویایی اجتماعی و رشد مطلوب دست یابند. در نهایت با اجرای نمایش خلاق، بازیکنان فرا گرفتند که با مفهوم «قانون طلایی» آشنا شوند و هرچه برای خود نمی‌پسندیدند، برای دیگران هم نپسندند.

هر پژوهشی در کنار بدیع بودن و داشتن نقاط قوت، محدودیت‌هایی نیز دارد؛ پژوهش حاضر نیز از این قاعده مستثنا نبود. این پژوهش بر روی نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا و به‌صورت نمونه‌گیری هدفمند انجام گرفت، پس در تعمیم

یافته‌ها به سایر اعضای مدارس فوتبال باید احتیاط کرد. با توجه به اینکه داشتن خلاقیت در ورزش فوتبال اجتناب‌ناپذیر است، ضروری است مربیان مدارس فوتبال از پیامدها و تأثیر متغیر انگیزه پیشرفت آگاه شوند و تمهیداتی را در جهت افزایش این مهم در بین بازیکنان نوجوان در نظر بگیرند. همچنین شایسته است که دست‌اندرکاران آموزش در مدارس جهت ارتقای انگیزه پیشرفت در محیط ورزشی خود از روانشناسان خبره استفاده کنند. توصیه می‌شود که مربیان به منظور ارتقای عزت نفس فوتبالیست‌های نوجوان به آنان اجازه دهند که خود را پیوسته ارزیابی کنند یا فعالیت‌های یکدیگر را به‌طور سازنده نقد کنند. در این مهم، وظیفه مربیان است که آنان را به سمت و سویی هدفدار هدایت کنند. در آخر، یافته‌های پژوهش حاضر نکاتی چند را پیش روی نظام‌های آموزش قرار می‌دهد؛ پس لازم است که محیط‌های آموزشی با تشکیل کارگاه‌های آموزشی، اهمیت انگیزه پیشرفت در بازیکنان نوجوان را یادآور شوند و تأثیر مداخله تربیتی - حرکتی بر روی این افراد آموزش دهند.

در جمع‌بندی کلی باید گفت که مداخله تربیتی - حرکتی بر انگیزه پیشرفت نوجوانان عضو مدارس فوتبال باشگاه فرهنگی ورزشی سایپا اثربخش است و می‌توان از این برنامه برای افزایش انگیزه پیشرفت بازیکنان نوجوان مدارس فوتبال بهره برد. در واقع محقق در طی اجرای مداخله تربیتی - حرکتی به فوتبالیست‌های نوجوان نشان داد که انجام هر کاری به‌ویژه در زمینه ورزش، دارای منبع انگیزشی است و روش حل مسئله می‌تواند پایه‌گذار تمرینات روانی آینده آنان جهت ارتقای انگیزه و موفقیت در حوزه فوتبال باشد.

تقدیر و تشکر

این مقاله بدون هیچ‌گونه حمایت مالی انجام گرفته است. بین نویسندگان این پژوهش هیچ‌گونه تعارضی در منافع وجود نداشت و نویسندگان سهم یکسان در تمامی مراحل انجام پژوهش داشتند. بدین‌وسیله از تمامی کسانی که در اجرای این پژوهش مشارکت داشتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

References

- Adeyemo Samer A. (2012). The relationship between effective classroom management and students academic achievement. *European J Educational Studies*; 4(3):367-81.
- Bykova, A., Coates, D. (2020). Does experience matter? Salary dispersion, coaching, and team performance. *Contemporary Economic Policy*, 38(1), 188-205. <https://doi.org/10.1111/coep.12444>
- Cale, A., Forzoni, R. (2019). *The official FA guide to psychology for football*. Ramzaninejad R (translators), Tehran, Iran, Bamdadketab. (In Persian)
- Doostdari, S., ganjoui, F. A., Soheily, B. (2015). A survey of football talent identification problems. *Sport Management Journal*, 7(4), 621-635. <https://doi.org/10.22059/jsm.2015.55971> (In Persian)
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of sport and exercise*, 9(5), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Fontanari, J. F. (2017). Awareness improves problem-solving performance. *Cognitive Systems Research*, 45, 52-58. <https://doi.org/10.1016/j.cogsys.2017.05.003>
- Farhbod, M., Hadavandkhani, F., Mahshidi, Sh. (2017). *Reinforcement sensory-motor skills (teacher's manuel)*. Tehran, Iran: Offset Company. (In Persian)
- Ghobadi Ansaroodi, K., Naderi Nasab, M., Biniiaz, S. A. (2021). The effect of sport managers' management and coaches' performance on the development of Iran football talent identification. *New Trends in Sport Management Journal*, 8(31), 89-105. (In Persian)
- Ghadampour, E., Garavand, H., Sabzian, S. (2020). The relationship between learning styles with achievement motivation and academic achievement of high school students in lorestan province. *Educational and Scholastic Studies*, 9(2), 7-32. (In Persian)
- Ghoreyshi, M., Samani, S. (2014). Motivational beliefs of children in different family types based on family process and content model. *Research in School and Virtual Learning*, 2(6), 29-40. (In Persian)

- Ghanbariha, M., Shah Mohammadi, A. (2019). *Development of motor skills with the ball*. Tehran, Iran: Iran. Textbook Printing and Publishing Company. (In Persian)
- Hermans, H. J. (1970). A Questionnaire Measure of Achievement Motivation. *J Appl Psychol*, 54(4), 353-63. <https://doi.org/10.1037/h0029675>
- Chin Hsien, H., Richard, C. B., & Mei, C. K. (2002). Transformational Leadership and Organizational Effectiveness in Recreational Sports/Fitness Programs. *dalam Journal of Sport*, 4(2), 111-169
- Irajirad, A., Malekzadeh, E. (2017). The effect of psychological capita Mediation by motivation on Students' Creativity. *Scientific Journal, Research on Innovation and Creativity in the Humanities*, 6(4), 51-70. (In Persian)
- Kalantari, F., Dolatyari, E. (2018). The effect of advertising on adolescents' attraction to football schools in Zanjan city. *Sport Management Journal*, 9(4), 617-634. <https://doi.org/10.22059/jsm.2018.65854> (In Persian)
- Kruber, D., Fuchs, E., Jansen, G. (2009). *Technik und konditionsschulung fussball*. Nasiri, F., Shahi, A. M (translators), Mashhad, Iran, Zarihaftab. (In Persian)
- Lim, T., O'Sullivan, D. M. (2016). Case study of mental skills training for a taekwondo olympian. *Journal of Human Kinetics*, 50(1), 235-45. <https://doi.org/10.1515/hukin-2015-0161>
- Mahmoodinezhad, S. R., Masoudiyekta, L., Samsamipour, M., Zamaniyan, M., Mahmoodinezhad, O., Kasani, A. (2020). The relationship between progressive motivation and problem solving styles in dezful students. *Journal of Development Strategies in Medical Education*, 7(1), 17-25. <https://doi.org/10.29252/dsme.7.1.17> (In Persian)
- Nabavi, M., Zokaie, M. (2019). *The teaching method of physical education in schools*. Tehran, Iran, Samt. (In Persian)
- Pruna, R., Tribaldos, L. M., Bahdur, K. (2018). Player talent identification and development in football. *Apunts Sports Medicine*, 53(198), 43-46. <https://doi.org/10.1016/j.apunts.2018.02.002>
- Phifer, L. W., Crowder, A. K., Elzenrath, T., Hall, R. (2019). *Cbt toolbox for children and adolescents*. Khalilinejad, M (translators), Tehran, Iran, Arjmand. (In Persian)
- Razavi, S. Z., Mostahfezian, M., Zahedi, H. (2021). Identification and prioritization of factors influencing the development of fandom culture in the Iranian football premier league. *New Trends in Sport Management Journal*, 9(33), 41-57. (In Persian)
- Reza Soltani, N., Vahdani, M. (2013). Analysis of effective factors on attracting children and teenagers in soccer schools. *Quarterly Journal of Research in Sport Management (QRSM)*, 2(6), 107-120. <https://doi.org/10.22054/qrsm.2013.489> (In Persian)
- Seifpanahi Shabani, J., Khosromanesh, R., Brakhas, H. (2022). Developing a model of factors affecting sport performance and success of football clubs. *New Trends in Sport Management Journal*, 9(35), 161-177. (In Persian)
- Sadeghi, N., Zamani Sani, S. H., Hasanzadeh, N. (2020). The effect of mental skills training on mental profile and dribble performance of teenager soccer players in preparation phase. *Sport Psychology*, 4(1), 14-27. <https://doi.org/10.29252/MBSP.4.1.14> (In Persian)
- Sayehmiri, K. (2014). *Applied biostatistics and research method*. 2nd ed. Ilam, Iran, Nowruzi publishing. (In Persian)
- Saif, A. A. (2022). *Modern educational psychology: Psychology of learning and instruction*. 7nd ed. Tehran, Iran: Doran. (In Persian)
- Schmugge, T. (2016). *Soccer: the 6-week plan: the guide to building a successful team*. Paaho, A. R., Gavahi, A., Shafiei, A. A., Seidi, A. (translators), Tehran, Iran. Azarfar publishing. (In Persian)
- Sikora, D., Linek, P. (2023). Effect of a 10-week sensomotor exercise program on balance and agility in adolescent football players: A randomised control trial. *Appl. Sci*, 13(89), 1-15. <https://doi.org/10.3390/app13010089>
- Shafie Sarvestani, I. (2017). *Pahlavi training*. Tehran, Iran. Halal publisher. (In Persian)
- Thelwell, R. C., Greenlees, I. A., Weston, N. J. (2010). Examining the use of psychological skills throughout soccer performance. *Journal of Sport Behavior*, 33(1), 109-127.

- Tahmasebipoor, N., Nasri, S., Mohammad Akhondi, M. S. h. (2021). The effectiveness of teaching mind-based study methods on students' achievement motivation and academic engagement. *Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 9(17),163-181. <https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2021.23440.2270> (In Persian)
- Treffinger, D.J., Selby, E.C., Isaksen, S.G. (2007). Understanding individual problem solving style: A key to learning and applying creative problem solving. *Learning and Individual Differences*, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2007.11.007>
- Vaez Mousavi, M., Mousavi, A. (2015). Effective factors in sport achievement based on related theories and models. *Sport Psychology Studies*, 3(10), 25-50. (In Persian)
- Weinberg, R. S., Williams, J. M. (2001). Integrating and implementing a psychological skills training program. *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 4, 347-377.
- Zarei, M., Mohammadi, F. (2017). The relationship between the level of mental skills and incidence of sports injuries in elite young soccer players: Prospective study. *Sport Psychology Studies*, 20, 17-26. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2017.3842.1387> (In Persian)