



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۰۶/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

بررسی عوامل موثر بر موفقیت در زمینه ورزش و پیشرفت وزارت ورزش و جوانان

احسان سمیعی

دانشجوی دکتری تخصصی مدیریت ورزشی

چکیده

یکی از چالش‌های مهم در علوم ورزشی شناسایی عوامل تأثیرگذار در اکتساب و حفظ پیشرفت ورزشی است. پیشرفت ورزشی فرایند یادگیری فعالی است که در اثر تمرین، هدفمند و بهبود مهارت‌های ضروری برای رسیدن به سطح بالای عملکرد ورزشی و پیروزی به دست می‌آید. به طور کلی پیشرفت ورزشی به بررسی کل نگرانه، چند بعدی و تعاملی نیازمند است تا بتواند ورزشکاران نخبه را از جنبه‌های توانایی‌های جسمی، مهارت‌های روان، شناختی ویژگی‌های، شخصیتی مهارت‌های، تکنیکی و مهارت‌های تاکتیکی توصیف کند. مطالعات قبلی عواملی را برای تبیین موفقیت ورزشی معرفی کرده‌اند؛ با این حال این پدیده به طور کامل بر اساس نظریه‌ها و مدل‌های مرتبط تبیین نشده است. مطالعه حاضر با تکیه بر نظریه‌های سیستم‌های، پویا هدف، پیشرفت انگیختگی، تمرین هدفمند، مدل اشتیاق دوگانه و مدل خودتنظیمی عوامل مؤثر در موفقیت ورزشی را مرور کرده است. نتایج مطالعه حاضر به شیوه‌ی مرور تحلیلی مبتنی بر شواهد گزارش شده است که می‌تواند در شناسایی عوامل مؤثر در موفقیت ورزشی و ویژگی‌های ورزشکاران نخبه مفید باشد. همچنین یافته‌های این مطالعه برای ایجاد ابزاری جامع برای سنجش موفقیت ورزشی قابل استفاده خواهد بود. استارکز و اریکسون، ۲۰۰۳؛ به نقل از ولرند و همکاران (۲۰۰۸).

کلمات کلیدی: ورزشکاران، پیشرفت در عملکرد ورزشی، پیشرفت مهارت‌های ورزشی، تمرین هدفمند، پیشرفت در وزارت ورزش و جوانان



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

مقدمه

به طور کلی عملکرد مطلوب در ورزش حاصل ترکیبی از تواناییهای فنی (تکنیکی و تاکتیکی جسمانی، قدرت، سرعت، و غیره)، و روانی (تمرکز اعتماد به نفس مهار اضطراب و غیره است. فقدان انگیزه و تمرکز کافی، ضعف اعتماد به نفس و اضطراب مانع عملکرد مطلوب ورزشکار می شود (واعظ موسوی و مسیعی، ۱۳۹۰) ورزشکاران برای رسیدن به موفقیت ورزشی باید ویژگی های خاصی را دارا باشند. به عنوان مثال هنگامی که مهارتی آموخته می شود، چهار ویژگی عمومی در اجرا قابل مشاهده خواهد شد که شامل پیشرفت، همسانی، پایداری و انطباق پذیری است. در اثر پیشرفت در یادگیری مهارت، قابلیت ورزشکار برای اجرای موفقیت آمیز در موقعیت های تغییر یافته افزایش می یابد طبق مدل های چند مرحله ای یادگیری حرکتی مانند مدل سه مرحله ای فیتز و پوسنر، مدل دو مرحله ای، جنتایل و مدل مراحل هماهنگی و کنترل نیوول همگام با پیشرفت فرد روی پیوستار مهارت آموزی از مرحله ابتدایی تا کاملاً ماهر، تغییراتی در سرعت، پیشرفت، توجه و توانایی شناسایی و اصلاح خطای ورزشکاران ایجاد می شود؛ همچنین تغییراتی در دستیابی به اهداف کینماتیک مهارت مانند جابجایی دقت، همسانی، سرعت و شتاب نیز صورت می گیرد مگیل ترجمه واعظ موسوی و شجاعی، (۱۳۹۱). ورزشکاران موفق هنگام انجام فعالیت ورزشی، انگیزتگی مطلوبی را تجربه می کنند که باعث می شود توجه ورزشکار به شدت بر فعالیت ورزشی متمرکز شود، و از آنجایی که احساس تهدید و خستگی نمی کنند کنترل بیشتری بر خود و محیط دارند. تجربه انگیزتگی مطلوب نشان دهنده آن است که دشواری مهارت با توانایی ورزشکار هماهنگ است؛ به طوری که ورزشکار چنان در فعالیت ورزشی غرق می شود که گذشت زمان را احساس نمی کند جکسون و چیکسنتمیهای، (۱۹۹۹). مطالعه ورزشکاران موفق و خبره نشان می دهد که ساختار دانش آنان درباره مهارت سازمان یافته تر است و می توانند مسائل را سریعتر و دقیقتر از دیگران حل کنند، دقت بیشتری در تصمیم گیری خود داشته باشند و با محیط جدید به راحتی سازگار شوند.

تبحر و پیشرفت در ورزش پدیده ای است که به صدها ساعت تمرین و تجربه نیاز دارد به ویژه اگر مربوط به توسعه دانش رویه ای باشد. بر اساس مطالعات توماس و همکاران (۱۹۸۸) افراد ماهر مشکلات را در سطح بسیار پیشرفته تحلیل می کنند، پاسخ موقعیت های خاص را از قبل برنامه ریزی می نمایند و سریعاً وضعیت مناسب را تشخیص می دهند؛ به عبارت دیگر، برای موفقیت در موقعیت های خاص مهارت های تکنیکی و تاکتیکی و دانش استفاده از این مهارت ها ضروری هستند (هیوود و گچل؛ ترجمه حمایت طلب و ناصری (۱۳۹۲) به عنوان مثال، مک فرسون و کمدل (۲۰۰۷) در پژوهش خود نشان دادند که بازیکنان حرفه ای تنیس مفاهیم تاکتیکی بیشتری نسبت به بازیکنان دانشگاهی یا بازیکنان غیرحرفه ای دارند. همچنین بر اساس پژوهش های انجام شده اعتماد به نفس و انگیزش یکی از ویژگی های شخصیتی ورزشکاران ماهر است (گولد، اکلوند، و جکسون، ۱۹۹۲؛ و دوراندبوش و سالملا، ۲۰۰۲). در واقع کارآمدترین ورزشکاران کسانی هستند که بدون توجه به گفته های دیگران به خود اعتماد دارند و می توانند بدون از دست دادن اعتماد به نفس، اجرای بد و یأس ناشی از آن را تحمل کنند (وینتر و مارتین ترجمه واعظ موسوی (۱۳۹۱) این ورزشکاران به توانایی های خود برای رسیدن به موفقیت و خبرگی نیز اطمینان دارند (دوراندبوش و سالملا، ۲۰۰۲). مطالعات دیگر نشان داده اند که تفاوت اساسی ورزشکاران نخبه با ورزشکاران دیگر در میزان مهارت های روان شناختی آنان است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

بر اساس این مطالعات ورزشکاران موفق از طریق اعتماد به نفس مثبت، برنامه بیشتر، خودکنترلی، تمرکز بهشتی نگرش امادگی بروانی های رقابتی راهبردهای مقابله ای، و آمادگی روانی مشخص می شوند (ویلیامز، ۱۹۸۶؛ نایدفر و سگال، ۲۰۰۱؛ و پورتر، ۲۰۰۳؛ به نقل از لیلانیا و آدریان، ۲۰۱۳)، همچنین توجه و تمرکز بالا در ورزشکاران باعث افزایش سرعت واکنش شده، و درک فرایندهای مختلف و ظرفیت توجه در شرایط سخت و غیرعادی را نیز افزایش میدهد لی لانیا و آدریان، ۲۰۱۳) برخی پژوهش ها عوامل ژنتیکی را مسئول عملکرد ورزشی ورزشکاران نخبه در ورزش های خاص می دانند (یانگ، مک، آرتور و گالبین، ۲۰۰۳). پژوهش های دیگر بر نقش عوامل محیطی در اکتساب موفقیت ورزشی تأکید کرده اند که شامل مشارکت در فعالیت های تمرینی نقش خانواده و عوامل زمینه ای است. به عنوان مثال، نظریه تمرین هدفمند اهمیت فعالیت های ساختاریافته بر اساس اهداف مبتنی بر یادگیری مهارت تأکید کرده اند اریکسون، کرامپ و تچ رامر، (۱۹۹۳) برخی دیگر از جنبه انگیزشی و جهت گیری هدف به بررسی موفقیت ورزشی پرداخته اند.

به طور کلی پیشرفت ورزشی با توجه به نظریه های مختلفی گ صورت می گیرد. در واقع پیشرفت ورزشی بر اساس نظریه انگیزش سازهای فرضی است که برای توصیف نیروهای درونی یا بیرونی به کار می رود و نیت جهت شدت پایداری رفتار را ایجاد می کند. انگیزش پیشرفت، یکی از انواع انگیزش می باشد که در حیطه روان شناسی ورزش از اهمیت خاصی برخوردار است و عبارت است از نیاز به تسلط یافتن در کارهای سخت دستیابی به کمال، غلبه و موانع بهتر از دیگران عمل کردن است. انگیزه پیشرفت یکی از زمینه‌هایی است که در علت یابی و پیش بینی رفتار ورزشکاران مورد توجه است؛ در واقع تلاش و موفقیت هر ورزشکار برای عملکرد بهینه به میزان انگیزه وی برای پیشرفت و موفقیت بستگی دارد. در بررسی مقایسه انگیزش پیشرفت و خرده مقیاس های آن رقابت جویی پیروزی گرایی و هدف گرایی بین بازیکنان تیم های رده بالا و پایین لیگ برتر فوتبال ایران مشخص شده این بازیکنان تفاوت معناداری در انگیزش پیشرفت و دو خرده مقیاس رقابت جویی و هدف گرایی ندارند. به عبارت دیگر با اطمینان ۹۵ درصد می توان گفت پیروزی گرایی بازیکنان تیم های رده بالا بیشتر از بازیکنان تیم های رده پایین است احمدی نمازی زاده و عبدلی، (۱۳۸۸).

همچنین پژوهش بهنام و محمدزاده (۱۳۸۹) نشان داد بین ورزشکاران موفق و ناموفق در ترس از موفقیت و انگیزش پیشرفت تفاوت معناداری وجود دارد؛ به این ترتیب که انگیزش پیشرفت ورزشکاران موفق در مقایسه با ورزشکاران ناموفق به طور معناداری بالاتر بوده اما ترس از موفقیت که عامل منفی اثرگذار بر عملکرد و انگیزش پیشرفت ورزشکاران است به طور معناداری در ورزشکاران موفق پایین تر بوده است. براساس نظریه اتکینسون ورزشکاران موفق از لحاظ رقابت جویی در سطح بالایی قرار دارند، دارای پشتکار زیاد و قوی برای دستیابی به موفقیت بوده و بدون نگرانی درباره شکست های احتمالی به فعالیت ورزشی خود می پردازند (لاوان و گیل، ۲۰۰۰). در واقع انگیزش پیشرفت بر بسیاری از رفتارها، افکار، و احساسات از جمله انتخاب نوع فعالیت تلاش برای پیگیری اهداف و پشتکار به دنبال مواجهه با شکست تأثیر می گذارد (یو و کیم، ۲۰۰۲).

پیشرفت ورزشی بر اساس نظریه هدف پیشرفت؛ جهت گیری هدف و انگیزه در ورزشکاران نقش بسیار مهمی در موفقیت آنها در سطوح عالی دارد. در حقیقت نحوه نگرش نوع، هدف، و شخصیت ورزشکار است که می تواند به عنوان عامل انگیزشی به عملکرد فردی و تیمی او جهت دهد نظریه هدف پیشرفت بر این نکته تأکید می کند که برای درک انگیزش ورزشکار باید مفهوم موفقیت و



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

شکست را از دید وی بررسی کنیم ورزشکاران ممکن است هدف نتیجه مدار یا هدف مهارت مدار داشته باشند و اینبرگ و گولد؛ ترجمه واعظ موسوی و همکاران، ۱۳۹۲). ورزشکارانی که هدف پیشرفتشان نتیجه مدار است بر مقایسه خود با دیگران و شکست دادن دیگران تأکید میکنند؛ اما ورزشکاران مهارت مدار بر بهبود عملکرد خود تمرکز دارند. بر اساس پژوهش های انجام شده بازیکنان مهارت مدار شانس بیشتری برای نخبه شدن و حضور در سطوح عالی و حرفه ای دارند (موریس، ۲۰۰۰).

بر اساس نظریه تمرین هدفمند مدت زمان تمرینات ورزشی تفاوت بین ورزشکاران موفق و غیر موفق را در رشته های ورزشی خاص نشان می دهد. اگرچه ارتباط بین مدت تمرینات و عملکرد ورزشی غیرخطی است با این حال، مشارکت گسترده در تمرین و آموزش به دلیل سازگاری هایی که ایجاد می کند باعث رشد مهارت های ادراکی شناختی مانند پیش بینی و تصمیم گیری می شود که عامل مهمی در موفقیت ورزشی به حساب ارزشی به حساب می آید. به عبارت دیگر، تمرینات آگاهانه هدفمند و ورزشکاران تغییراتی در ساختار و عملکرد مغز ایجاد می کند که متضمن عملکرد بهتر است. در ورزش بعضی از این تغییرات مهم از طریق رشد مهارت های شناختی ادراکی مانند پیش بینی و تصمیم گیری صورت می گیرد این سازگاری ها در ورزش هایی که سرعت در آن نقش مهمی دارد، ضروری بوده و در موفقیت ورزشی ورزشکاران حیاتی است (وارد، هدجدزستارکز، و ویلیامز، ۲۰۰۷).

بر اساس نظریه پیشرفت ورزشی بر اساس مهارت های روان شناختی مهارت های روانی به ویژگی های ذاتی یا اکتسابی ورزشکار اطلاق می شود که موفقیت او را ممکن می سازد. از جمله مهارت های روانی کنترل اضطراب کنترل، توجه، انگیزه درونی و حفظ اعتماد به نفس است واعظ موسوی و مسیبی (۱۳۹۰) ورزشکاران برای رسیدن به اوج عملکرد ورزشی از مهارت های شناختی، رفتاری و راهبردهایی مانند برنامه های رقابتی توسعه یافته مهارت های مقابله ای کنترل افکار، هیجان، مدیریت انگیزش، و تمرکز مجدد استفاده می کنند (کرین و ویلیامز، ۲۰۰۶). شواهد حاکی از آن است که ورزشکاران موفق دارای مهارت های ذهنی مانند: تعهد، انگیزش، تمرکز، اعتماد به نفس، تصویر سازی تنظیم اهداف خودگویی مثبت، کنترل اضطراب و توانایی مقابله با مشکلات هستند دوراندهوش و سالملا (۲۰۰۲).

به طور کلی موفقیت ورزشی بر اساس مدل خودتنظیمی نیز قابل توجیه می باشد. خود تنظیمی روشی برای کنترل افکار، احساسات و رفتار می باشد تا انسان بتواند به اهداف بالاتری برسد؛ افراد خودتنظیم، یادگیرندگان فعالی هستند که فرایندهای مختلف خودتنظیمی مانند تنظیم هدف خود مشاهده گری، خودارزیابی را با راهبردهای تکلیفی و باورهای خودانگیزشی مانند خودکارآمدی، جذب می کنند کلری و زیمرمن، ۲۰۰۴). در بررسی ارتباط بین انتظار تنظیم خلق منفی و عملکرد ورزشی ورزشکاران حرفه ای کریکت مشخص شد بازیکنانی که دارای مهارت بالای تنظیم خلق منفی راهبردهای شناختی و رفتاری برای تغییر خلق منفی یا حفظ خلق (مثبت هستند، عملکرد بهتری در طی مسابقه دارند؛ به این ترتیب، تنظیم خلق منفی میتواند تسهیل کننده عملکرد ورزشی حرفه ای گردد (توتردل و لیچ، ۲۰۰۱). همچنین در بررسی تفاوت خودتنظیمی بین ورزشکاران خبره غیر خبره و مبتدی مشخص شد که ورزشکاران خبره اهداف خاص تر و راهبردهای تکنیکی بیشتری را انتخاب می کنند، این ورزشکاران دارای راهبردهای اسنادی بهتر و باورهای خودکارآمدی بیشتری نسبت به ورزشکاران غیر خبره و مبتدی می باشند مهارت خودتنظیمی و خصیصه



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

های خود اندیشی و خودارزیابی پیش بینی کننده راهبردهای دوراندیشانه ای است که برای انجام تلاش های بیشتر برای یادگیری لازم می باشد و در شکل ۲ مشخص شده است (کلری و زیمرمن، ۲۰۰۱).

مهارت ذهنی دیگری که به تازگی در ادبیات پژوهشی مطرح شده استحکام ذهنی است. استحکام ذهنی شامل کنترل، هیجانان، تعهد چالش باور به اینکه زندگی چالش انگیز است نه تهدید و اطمینان در توانایی ها و روابط بین فردی حس خودباوری بالا برای رسیدن به موفقیت است. مطالعات نشان می دهد که بین ورزشکاران موفق و غیر موفق از لحاظ استحکام ذهنی تفاوت معناداری وجود دارد و ورزشکاران موفق استحکام ذهنی بیشتری نسبت به ورزشکاران غیر موفق دارند. بر اساس مطالعه کیفی و مصاحبه عمقی با ورزشکاران نخبه مشخص شد که تجربیات رقابتی عامل مؤثری در رشد استحکام ذهنی ورزشکاران است. همچنین استحکام ذهنی یک فرایند طولانی مدت است که از طریق سه مکانیسم که عبارتند از:

۱_میل و انگیزه درونی و فوق العاده به موفقیت

۲_ شبکه های حمایتی ورزشی روان شناس و هم تیمی و غیرورزشی، دوستان و خانواده

۳- استفاده مؤثر از مهارت ها و راهبردهای روان شناختی پیشرفته تداوم می یابد به عنوان مثال از مهارت های تنظیم اهداف، تصویرسازی، خودگویی راهبردهای پیشرفته بازسازی شناختی مقابله با افکار منفی از طریق توقف و جایگزینی آن با افکار مثبت روتین های قبل از اجرا و تمرینات شبیه سازی برای افزایش توانایی مقابله با اضطراب رقابتی و ایجاد خودباوری برای موفقیت ورزشی استفاده می کنند (کاناگتون، ویدی، هانتون، و جونز، ۲۰۰۸).

از دیگر عوامل روان شناختی مرتبط به پیشرفت ورزشی مدل تاب آوری روان شناختی است که فرایند پویای انطباق مثبت با تجربه های تلخ و ناگوار می باشد. ورزشکاران با استرس های مختلفی مانند استرس رقابتی، سازمانی و شخصی مواجه اند. تاب آوری به عنوان یک فرایند پویای روان شناختی است که ورزشکاران را از بسیاری از عوامل استرس زا محافظت می کند. در بررسی رابطه بین تاب آوری روان شناختی و عملکرد ورزشی مطلوب در قهرمانان المپیک مشخص شد که تاب آوری از طریق عوامل روان شناختی زیادی مانند ویژگی های شخصیتی مثبت انگیزش، اعتماد به نفس تمرکز و حمایت اجتماعی باعث می گردد تا ورزشکاران، عوامل استرس زا را از طریق مکانیسم های ارزیابی شناختی و بررسی فراشناخت ها به عنوان فرصتی برای رشد، پیشرفت، و شایستگی ادراک کنند. در نتیجه این فرایندها باعث ایجاد پاسخ های تسهیل کننده برای دستیابی به موفقیت ورزشی می گردد که در شکل ۳ مشاهده می شود (فلتچر و سارکر، ۲۰۱۲).

به طور کلی اصلاح وضعیت ورزش و سروسامان دادن بایسته به آن شرط اصلی ارتقا و پیشرفت ورزش مستعد ایران است. در فرآیند اصلاح ورزش و بازسازی ساختارهای آن راهی طولانی در پیش است و کارهای بسیار باید انجام داد. راهی که چون به هر دلیل طی نشده و کارهایی که شاید به خاطر سختی و پیچیده بودن انجام نشده، ورزش ما را در حالتی ساکن و ایستا قرار داده و نشاط و چابکی لازم را از آن سلب نموده است. در واقع با توجه به تجربیات و همچنین واقعیات و بالاخره ظرفیت های مادی و انسانی آنچه که ورزش برای حرکت شتابنده تر در مسیر پیشرفت لازم دارد، استفاده بهینه از داشته ها و ظرفیت هاست و این نیز خود در گروه مدیریت



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

کارآمد و با انگیزه و مصمم برای کار و خدمت کردن است. دولت‌ها غالباً به ورزش به منزله امری دست‌چندم نگاه می‌کنند و علی‌رغم بودجه خوبی که برای آن در نظر گرفته می‌شود و منابع مالی خوبی که صرف ورزش می‌شود، آن را جدی نمی‌گیرند و بر کاروبار آن نظارت دقیق ندارند و مهمتر از همه که به این بحث مربوط می‌شود در باره تعیین مدیریت برای آن هم وسواس کافی و دقت بایسته را قائل نمی‌شوند نتیجه این روند و روال به طور طبیعی آنقدر که به هدر رفتن سرمایه‌ها و نفله شدن بودجه و... بالاخره منتفع شدن جریان‌ها فرصت طلب و منفعت‌جو منجر می‌شود به نفع ورزش و کمک برای پیشرفت آن نیست. وزیر جدید ورزش که خود از جنس ورزش است و از قهرمانان شناخته شده آن به حساب می‌آید، بدون تردید نه تنها مسائل و مشکلات اصلی ورزش را می‌شناسد بلکه حتی به ریشه و خاستگاه‌های آن وقوف و شناخت لازم دارد، می‌ماند.

اهداف تحقیق

اهداف اصلی

بررسی عوامل موثر بر موفقیت و پیشرفت در زمینه ورزشی

بررسی و مقایسه میزان تاثیر عوامل مختلف بر میزان پیشرفت و نوآوری در ورزش

اهداف فرعی

بررسی میزان موفقیت و پیشرفت در زمینه ورزش در طی سال‌های اخیر

ارائه راهکارهایی در جهت بهبود شرایط ورزش و پیشرفت ورزشی با توجه به سوابق آن

سوالات تحقیق

سوالات اصلی

چه عواملی موجب پیشرفت در زمینه ورزشی می‌شوند؟

عملکرد و وظایف وزارت ورزش و جوانان در زمینه پیشرفت ورزشی چیست؟

سوالات فرعی

وظایف ورزشکاران در جهت موفقیت ورزشی چه می‌باشد؟



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

تاثیر عوامل مختلف بر موفقیت و پیشرفت ورزشی چگونه می باشد و کدام عوامل مؤثرتر محسوب می شوند؟

فرضیات تحقیق

فرضیات اصلی

عوامل مختلفی همچون میزان انگیزه و عوامل روانشناختی ورزشکاران و ... بر موفقیت ورزشی و پیشرفت وزارت ورزش تأثیر گذارند. در سال های اخیر موفقیت در زمینه ورزشی سهم بسزایی در حیطه پیشرفت در این زمینه داشته است.

فرضیات فرعی

ورزشکاران از جمله عوامل کلیدی در زمینه پیشرفت ورزشی محسوب می شوند .

با توجه به شرایط کنونی وزارت ورزش و جوانان، راهکارها و پیشنهادهایی در زمینه پیشرفت بیشتر در این زمینه نیاز است تا مورد توجه قرار گیرد .

روش شناسی پژوهش

در این پژوهش به ارزیابی عوامل تاثیرگذار بر پیشرفت و موفقیت ورزشکاران در زمینه ورزشی و وزارت ورزش و جوانان پرداخته شده است. این پژوهش به لحاظ هدف، در زمره تحقیقات کاربردی-توسعه ای است و از نظر ماهیت روش، در دسته تحقیقات توصیفی قرار می گیرد. همچنین با مشورت اساتید مشاور، جامعه آماری را مدیران کل ستادی وزارت ورزش و جوانان (۲۰ نفر)، معاونان وزارت ورزش و جوانان (۵ نفر) و مدیران کل استانی ادارات ورزش و جوانان (۳۸ نفر) تشکیل می دهند . با توجه به محدود بودن جامعه آماری از تمامی آن ها نظرسنجی شد و نمونه آماری به صورت کل شمار در نظر گرفته شد. ابزار مورد استفاده جهت گردآوری اطلاعات، پرسشنامه در زمینه عوامل مؤثر بر موفقیت و پیشرفت ورزشی می باشد. برای درجه بندی نظرات پرسشنامه از مقیاس پنج سطحی لیکرت (خیلی- کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی- زیاد) در دو ستون برای بررسی وضعیت موجود و وضعیت مطلوب استفاده شده است. امتیازبندی این طیف، برای سوالات مربوط به کلیه شاخص ها به این شرح است: به گزینه "خیلی- زیاد" امتیاز ۵ و به گزینه "خیلی- کم" امتیاز ۱ داده شد. این پرسشنامه در قالب ۳۸ سوال و ۱۱ مولفه (ساختار سازمانی، مدیریت سازمانی، راهبرد و



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

اهداف سازمان، آموزش، فرهنگ سازمانی، کارکنان، کار تیمی، قوانین، بازار و ذی-نفعان، توانمندی سازمانی و سیستم نوآوری) می باشد.

همچنین برای آزمودن فرضیه های پژوهش از نرم افزار آماری SPSS استفاده شده است که فرضیه ها و نتایج به دست آمده مورد تجزیه و تحلیل قرار می گیرند. روایی پرسشنامه به تایید ۷ نفر از متخصصان رسید و جهت تایید پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید که در کل ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۸ درصد به دست آمد. همه تجزیه و تحلیل های آماری با سطح اطمینان ۹۳ درصد مورد محاسبه قرار گرفت.

بحث و نتیجه گیری

در واقع پیشرفت در زمینه ورزش، با اشتغال و رشد اقتصادی همراه است و یکی از مسائل کلیدی برای کسب و کار دولت ها در سراسر جهان به شمار می آید. به دلیل همین اهمیت نظری و کاربردی، نوآوری توجه زیادی را به خود جلب کرده است و می تواند بر عملکرد سازمان های ورزشی تاثیر مثبتی داشته باشد.

بر اساس نظریه های مرتبط با موفقیت ورزشی و یافته های پژوهشی مشخص شد که موفقیت ورزشی با عوامل بسیاری مانند انگیزش پیشرفت بالا، جهت گیری هدف مهارت، مدار انگیزتگی مطلوب و اشتیاق دوگانه همراه است و تمرینات هدفمند از طریق رشد مهارت های شناختی ادراکی مانند پیش بینی و تصمیم گیری باعث ارتقاء موفقیت ورزشی می شود؛ همچنین ورزشکاران نخبه دارای مهارت های روان شناختی ویژه ای مانند خود تنظیمی، استحکام ذهنی تاب آوری سخت کوشی هوش هیجانی تعهد و پایداری بالایی می باشند نظریه سیستم های پویا نیز گواه این است که موفقیت ورزشی همراه با ویژگی های شخصیتی مانند (انگیزش درونی، استقلال، و ...) مهارت های روان شناختی مانند تنظیم هدف، تمرکز، و... توانایی جسمی مانند (قدرت، سرعت و...)، و مهارت های تکنیکی و تاکتیکی همراه می باشد. در واقع انگیزش پیشرفت برای موفقیت طولانی مدت یک عنصر حیاتی است و فرد بدون انگیزه، تلاشی برای اهدافش نمی کند؛ در واقع، انگیزه باعث می شود اهداف ورزشکار به واقعیت برسد. اما عوامل متعددی مانند استعداد آمادگی جسمانی دانش ورزشی تمرین هدفمند سیستم حمایتی منابع مالی و کیفیت مربیگری نیز برای موفقیت ورزشی ضروری می باشد. ورزشکارانی که اهداف عملکردی تمرکز می کنند اضطراب کمتر و اعتماد به نفس بیشتری دارند؛ زیرا بر جنبه هایی از محیط تمرکز کرده اند که می توانند کنترل کنند سیلوا، متزله، و لرنر ترجمه واعظ موسوی، ۱۳۹۰) پژوهش های مرتبط با نظریه انگیزتگی نیز با توجه به تعدد نظریه های آن تناقض هایی داشته است و بر اساس یکی از نظریه های انگیزتگی مانند نظریه یوی وارونه نظریه منطقه ۰ بهینه عملکرد فردی یا نظریه بازگشت پذیری تبیین کننده عملکرد مطلوب ورزشکاران بوده اند؛ اما اساس مطالعات انجام شده ارتباط بین انگیزتگی و عملکرد وقتی به خوبی قابل توجیه است که عوامل دست اندرکار به طور جامع بررسی شوند. این مطالعات حاکی از آن است که نظریه ۰ یوی وارونه، تبیین کننده عملکرد ورزشی ورزشکاران نمی باشد (واعظ موسوی، باری، راشبی و کلارک ۲۰۰۷).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

همچنین رسیدن به نخبگی نیاز به سال‌ها تلاش و تمرینات سخت دارد واضح است یک ورزشکار بدون استحکام ذهنی و سرسختی نمی‌تواند به تمرینات ورزشی طاقت فرسا ادامه دهد در واقع استحکام ذهنی از طریق افزایش اعتماد به نفس باعث افزایش خودکارآمدی فرد می‌شود؛ در نتیجه فرد می‌تواند در لحظات و شرایط سخت، هیجانانش را کنترل کند و به توانایی خود برای رسیدن به موفقیت باور داشته باشد. بر اساس مدل تاب‌آوری روان‌شناختی، تفسیر ورزشکاران نخبه از موقعیت‌های پیش‌آمده به صورت چالش است نه تهدید؛ این ورزشکاران به دلیل اعتماد به نفس بالا معتقدند موقعیت‌های استرس‌زا غیرقابل اجتناب هستند و برای موفقیت باید با آن‌ها مقابله کنند. از طرفی، نوع رشته‌های ورزشی و تفاوت‌های فردی در انگیزش ورزشکاران از اهمیت فراوانی برخوردار است و تعامل آن‌ها با یکدیگر نتایج متفاوتی را برای آن‌ها رقم می‌زند. بدیهی است ورزشکاران برای کسب موفقیت ناگزیرند با رقبای خود رقابت کنند؛ در نتیجه در بسیاری از موقعیت‌ها با چالش روبرو هستند و دچار هیجان می‌شوند. چگونگی واکنش ورزشکاران به این چالش‌ها می‌تواند به ویژگی روان‌شناختی تاب‌آوری نسبت داده شود که به عنوان عاملی بالقوه برای توانایی سازگاری با شرایط محیط معرفی شده است.

در نهایت، نظریه سیستم‌های پویا که از جامعیت بیشتری برخوردار است تلفیقی از رویکردهای مطرح در روان‌شناسی ورزش است که با دقت در کنار همدیگر قرار گرفته‌اند این مدل تبیین‌روشنی از عوامل رفتاری، شناختی، محیطی و الگوهای زیستی ارائه می‌دهد همان‌طور که ملاحظه می‌شود هر یک از این نظریه‌ها در چالش با نظریه قبلی مطرح شده و هدفشان تکمیل نواقص نظریه قبلی بوده است. با توجه به اهمیت روان‌شناسی ورزش در موفقیت ورزشی، بیشتر پژوهش‌های حاضر به نوعی مربوط به جنبه‌های روان‌شناختی بوده است که نشان‌دهنده توجه بیشتر به این بعد در موفقیت ورزشی ورزشکاران می‌باشد. بر طبق این مدل ورزشکاران نخبه و موفق دارای مهارت‌ها و ویژگی‌هایی مانند پشتکار، پایداری تعهد، انگیزش، تمرکز، اعتماد به نفس، تصویرسازی تنظیم اهداف خودگویی مثبت، کنترل اضطراب توانایی مقابله با مشکلات تاب‌آوری، سخت‌کوشی و هوش هیجانی می‌باشند. این ورزشکاران به توانایی‌های خود باور دارند و برای رسیدن به سطح خبرگی و ممتازی از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کنند، حتی اگر در مدت مشخصی از زندگی خود از سایر امور زندگی چشم‌پوشی نمایند فیلیپس و همکاران (۲۰۱۳) به‌طور کلی در عرصه علوم ورزشی و روان‌شناسی ورزش نیاز به بررسی کل‌نگرانه، همه‌جانبه و تعاملی به موفقیت ورزشی می‌باشد به طوری که بتواند ورزشکاران موفق را از تمام جنبه‌های توانایی جسمی ویژگی شخصیتی مهارت روان‌شناختی، مهارت تکنیکی و تاکتیکی بررسی کند. اگرچه، ورزشکاران موفق در ورزش‌های خاصی دارای ویژگی‌های بدنی و فیزیولوژیکی منحصر به فرد هستند، در واقع، داشتن برخی ویژگی‌های آنتروپومتریکی مناسب، از عوامل موفقیت تعیین‌کننده‌ای در اجرای ورزشکاران می‌باشد.

راهبرد‌ها و پیشنهاداتی در زمینه پیشرفت ورزشی

راهبرد اول



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

- افزایش مشارکت حداکثری مردم در فعالیت های ورزشی (توسعه ورزش همگانی) از طریق:

توسعه مراکز ورزشی خرد، محله محور و روستامحور

توسعه ورزش های رقابتی- تفریحی گروه های کارمندی، کارگری، نیروهای مسلح، بسیج و اصناف

توجه به مشارکت ورزشی اقشار آسیب پذیر (معلولین، بیماران خاص، سالمندان و غیره)

آماده سازی بسترهای حقوقی، فرهنگی و اجتماعی ورزش بانوان

شناسایی، احیا و توسعه ورزش ها و بازی های بومی و محلی

توسعه و تقویت ورزش در مناطق روستایی و عشایری کشور

راهبرد ۲

افزایش جمعیت نخبگان ورزشی (ارتقاء ورزش قهرمانی) از طریق:

بهبود کمی و کیفی فرایندهای استعدادیابی و نخبه پروری

توجه به ارتقاء کمی و کیفی مسابقات منطقه‌ای، ملی و لیگ ها

توسعه فرایندهای آموزش و به‌سازی نیروی انسانی متخصص ورزش قهرمانی

تقویت ساختارهای حقوقی و دانشی فدراسیون های ورزشی

حمایت از حضور فعال ورزشکاران ایرانی در رقابت های بین المللی ورزش قهرمانی و حرفه ای

راهبرد ۳

دانش افزایی و ارتقاء فرهنگ و اخلاق ورزشی از طریق:

ارتقاء فرهنگ اسلامی- ایرانی در محیط های ورزشی

تقویت الگوهای رفتاری مطلوب در جامعه ورزش

اهتمام به ترویج ورزش های ملی، بومی، باستانی و زورخانه ای

توسعه مشارکت های سازمان یافته و مردمی بخش ورزش



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

تقویت فرایندهای آموزشی و پژوهشی ورزش کشور

راهبرد ۴

افزایش سهم ورزش در رونق اقتصاد کشور و تحقق سیاست های اقتصاد مقاومتی از طریق:

شناسایی و إحصاء منابع مالی و درآمدی جدید و استفاده بهینه از ظرفیت های قانونی

بهره مندی از ظرفیت های بخش خصوصی و بازارهای مالی داخلی و خارجی در توسعه ورزش

اصلاح و تقویت همه جانبه نظام مالی بخش ورزش

بهره گیری از ظرفیت سرمایه گذاری خارجی در توسعه اقتصاد ورزش

راهبرد ۵

بهبود و ارتقاء منابع و زیرساخت های ورزش کشور از طریق:

اصلاح ساختاری و سازمانی بخش ورزش کشور

توسعه متوازن و عادلانه اماکن و فضاهای ورزشی با تأکید بر افزایش حمایت از بخش خصوصی، خیرین و سازمان های مردم نهاد در

ساخت، نگهداری و بهره برداری از اماکن و فضاهای ورزشی

استفاده از ظرفیت های منطقه ای و مزیت های جغرافیایی کشور



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

منابع

- ۱_ احمدی، س. نمازی، زاده، م. عبدلی، ب. و عالی نژاد. آ. (۱۳۸۸). مقایسه انگیزش پیشرفت بازیکنان تیم های رده بالا و پایین لیگ برتر فوتبال المپیک پاییز) ۳ (۱۷، پیاپی، ۱۹-۲۸)
- ۲_ ابوالقاسمی، ع. کیامرثی، آ. و سهرابی، آ. (۱۳۹۲). (ارتباط جهت گیری هدف خودکارآمدی و هیجانهای مثبت و منفی با عملکرد ورزشی و رضایت از زندگی در ووشوکاران دختر مطالعات روان شناسی ورزشی شماره ۴، تابستان، ص ۲۵۳۸)
- ۳_ بشارت، م. ع. صالحی، م. شاه محمدی، خ. نادعلی، ح.، و زبردست ع. (۱۳۸۹). (رابطه تاب آوری و سخت کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران روان شناسی معاصر، دوره سوم، شماره ۲).
- ۴_ پارسایی، ن. عبدلی، ب. واعظ موسوی، س. م. ک.، و اصلانخانی، م. ع. (۱۳۹۱). (پیش بینی عملکرد کمان داران ماهر بر اساس متغیرهای روانشناختی با تأکید بر ویژگی شخصیتی درون گرایی برون گرایی رشد و یادگیری حرکتی - ورزشی، شماره ۱۰، ص ۲۸-۵).
- ۵_ غیاثوند، خ. رضانی، نژاد، میرزایی، ب. و قهرمانی مقدم، م. (۱۳۹۰). (مقایسه سن، سابقه تمرینی، و تداوم قهرمانی کشتی گیران نخبه ایران با کشتی گیران نخبه کشورهای صاحب نام دنیا دومین همایش استعدادیابی)
- ۶_ سعید عامری، م. ح. سعیدی ش. و منافی، ف. (۱۳۹۲). (ارتباط هوش هیجانی و موفقیت ورزشی ورزشکاران رشته های ورزشی تیمی یازدهمین المپید دانشجویان سراسر کشور مطالعات روان شناسی ورزشی شماره ۴، تابستان، ص ۵۶، ۴۷)
- ۷_ کجباف نژاد ه. احدی، ح.، حیدری، ع.، عسگری، پ. و عنایتی، م. ص. (۱۳۸۹). (ارتباط بین مهارتهای روانی هوش هیجانی و مولفه های آن با انگیزه موفقیت ورزشی در ورزشکاران مرد شیراز یافته های نو در روان شناسی).
- ۸_ ملکی ب. و محمدزاده، ح. (۱۳۸۹). (بررسی رابطه ترس از موفقیت و انگیزش پیشرفت ورزشی در ورزشکاران موفق و ناموفق پژوهش در علوم ورزشی شماره ۵، ص ۷۵-۸۸)
- ۹_ موسوی، س. پیوسته، گر. م.، و پورشهریاری، م. (۱۳۸۹). (اثر بخشی مهارت های خودنظم بخشی بر شادکامی دانش آموزان دختر اول دبیرستانی. فصلنامه مطالعات اجتماعی - روان شناختی زنان، شماره ۴) ۲۶ (ص ۱۲۰-۱۰۳).

۱۰_ Feltovich, P. J., Prietula, M. J., & Ericsson, K. A. (۲۰۰۶). Studies of expertise from psychological perspectives.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

۲_ In K. A. Ericsson et al. (Eds.) The Cambridge handbook of expertise and expert performance (pp. ۴۱-۶۸). New York: Cambridge University Press.

۳_ Fletcher, D., & Sarkar, M. (۲۰۱۲). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, ۱۳, ۶۶۹-۶۷۸.

۴_ Golby, J. & Sheard, M. (۲۰۰۴). Mental toughness and hardiness at different levels of rugby league. *Personality and Individual Differences*, ۳۷, ۹۳۳-۹۴۲.

۵_ Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. A. (۱۹۹۲).

US Olympic wrestling excellence I: Mental preparation, precompetitive cognition and affect. *The Sport Psychologist*, ۶, ۳۵۸-۳۸۲

۶_ Hamze Sabzi, A., Vaez Mousav, M. K., & Mokhtari, P. (۲۰۱۲). Arousal and activation in a dynamic balance task. *Annals of Biological Research*, ۳ (۷): ۳۳۹۹- ۳۴۰۲.

۷_ Kais, K., & Raudsepp, L. (۲۰۰۵). Intensity and direction of competitive state anxiety, self-confidence and athletic performance. *Kinesiology*, ۳۷, ۱:۱۳-۲۰.

۸_ Krane, V., & Williams, J. M. (۲۰۰۶). Psychological characteristics of peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (۵th ed.). (pp. ۲۰۴- ۲۲۴). New York, NY: McGraw-Hill Companies.

۹_ Lavan, W., & Gill, D. L. (۲۰۰۰). Psychological dynamic of sport and exercise, *Human Kinetics Second Edition*, Chapter ۸, ۱۰۳-۱۲۵.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

۱۰_ Liliana, M., & Adrian, S. M. (۲۰۱۳). The role of attention in the achievement of sport performance in Judo. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, ۸۴, ۱۲۴۲- ۱۲۴۹.

۱۱_ McPherson, S. L., & Kemodle, A. (۲۰۰۷). Mapping two new points on the tennis expertise continuum: tactical skills of adult advanced beginners and entry-level professionals during competition. *Journal of sports science*, ۲۵, ۹۴۵-۹۶۹.

۱۲_ Mala. L., Maly, T., Zahalka, F., & Bunc, V. (۲۰۱۰). The profile and comparison of body composition of elite female volleyball players. *Kinesiology*, ۱ (۴۲), ۹۰-۹۷.

۱۳_ Mokhtari, P., Vaez Mousavi, M., & Heidari, S. (۲۰۱۳). Relationship between mental skills and penalty kicks performance in the elite penalty shooters in Iran's professional football teams. *International Journal of Basic Sciences & Applied*, ۲ (۲), ۱۸۵-۱۸۷.

Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A., & Backhouse, S. H. (۲۰۰۹). Mental toughness_ ۱۴ in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*. ۴۷, ۷۳-۷۵

۱۵_ Phillips, E., Davids K., Renshaw, L., Tjøndal, A. (۲۰۱۹). "I don't think they realize how good we are: Innovation, inclusion and exclusion in women's Olympic boxing". *International review for the sociology of sport*, ۵۴(۲), ۱۳۱-۱۵۰.

۱۶_ Yeh-Yun Lin, C., & Yi-Ching Chen, M. (۲۰۰۷). "Does innovation lead to performance? An empirical study of SMEs in Taiwan". *Management Research News*, ۳۰(۲), ۱۱۵-۱۳۲.