

تبحر محور^۲ و جو عملکرد یا خودمحور^۴. در جو تبحر محور، بر یادگیری و رشد تأکید می‌شود و موفقیت، فراتر از نتایج رقابتی مورد اندازه‌گیری قرار می‌گیرد. افراد با عملکرد خود ارتباط دارند و با دیگران مقایسه نمی‌شوند و همکاری همه افراد مورد ارزش‌یابی قرار می‌گیرد. در مقابل، در جو انگیزشی عملکرد محور، تأکید اساسی بر نتیجه رقابتی است و مقایسه‌های مکرر با دیگران انجام می‌شود. نیوتن^۵ و همکارانش (۲۰۰۲) این رویکرد را با ابعاد خاصی توسعه دادند: یک جو تبحر محور شامل یادگیری از طریق همکاری، تلاش و بهبود مهارت، و نقش مهم همه افراد و در مقابل، جو عملکرد محور شامل رقابت درون تیمی، شناخت و ارزیابی نابرابر با دیگران، و تنبیه به خاطر اشتباه.

ساختار جو انگیزشی تبحر محور و عملکرد محور

تحقیقات آمز^۶ (۱۹۹۹) به توسعه روش‌هایی منجر شد که در آن، معلمان تربیت بدنی و مربیان ورزشی می‌توانند به طور عملی بر اهداف مورد نظر تمرکز کنند. «TARGET» مخفف شده چند رفتار متنوع مرتبط با آموزش است (تکالیف، اختیار، تشخیص، گروه‌بندی، ارزیابی و زمان‌بندی^۷). جو تبحر محور می‌تواند شامل تکالیف چند جانبه، رهبری دموکراتیک، تشخیص به منظور تلاش و بهبود، گروه‌بندی بر اساس ترکیبی از توانایی‌ها، ارزیابی انفرادی و زمان کافی برای یادگیری هر فرد باشد. در مقابل، جو عملکرد محور شامل تکالیف رقابتی، رهبری استبدادی، تشخیص به منظور هنجاریابی توانایی، تمیز در گروه‌بندی بر اساس توانایی، ارزیابی، هنجاری و

امروزه آثار مفید شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی بر سلامت روانی و جسمی و رشد اجتماعی افراد، به ویژه کودکان، به اثبات رسیده است [World Health organization, ۲۰۰۴]. همچنین، نتایج تحقیقات بیانگر آن است که کلاس‌های تربیت بدنی در مدارس می‌توانند شرکت در فعالیت‌های بدنی بیرون از مدرسه را افزایش دهند. با وجود این، مشاهده می‌کنیم، انگیزش و میزان شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی از دوران نوجوانی کاسته و سبک زندگی کم‌تحرک بیشتر شایع می‌شود (Hagger, et al., ۲۰۰۳: ۷۸۴-۷۹۵) بنابراین، ضروری به نظر می‌رسد که مدارس در کلاس‌های تربیت بدنی محیطی را فراهم کنند که انگیزه و میل به شرکت در فعالیت بدنی افزایش یابد. یکی از عناصر کلیدی در تربیت بدنی مدارس ارتباط بین معلم تربیت بدنی و شاگردان است. آنان کاملاً با یکدیگر در تعامل هستند و زمینه این ارتباط را بیشتر معلم فراهم می‌سازد. خلق جو انگیزشی مناسب توسط معلم، می‌تواند بر ادراک، انگیزش و رفتار شاگردان تأثیرگذار باشد.

کلیدواژه‌ها: جو انگیزشی، کلاس ورزش، کلاس تربیت بدنی

جو انگیزشی ادراک شده^۱

جو انگیزشی یکی از عوامل محیطی - اجتماعی است و به عنوان میزان تأکید بر عوامل برد و باخت در مکان‌های آموزشی گروهی تعریف می‌شود [Ames, ۱۹۹۲, ۱۶۱-۱۷۶]. ساختار جو انگیزشی از «تئوری دستیابی به هدف^۲» نشئت می‌گیرد. جو انگیزشی خلق شده به وسیله معلم ورزش یک سازه هدفی - موقعیتی است که به واسطه آن، موفقیت و شکست در محیط اجتماعی مورد داوری قرار می‌گیرد (پیشین). در مجموع دو نوع جو انگیزشی وجود دارد: جو انگیزشی برجسته، جو تکلیف یا

جو انگیزشی در کلاس ورزش

بررسی پیامدهای جو انگیزشی تبحر محور و عملکرد محور در کلاس‌های تربیت بدنی

آزاده درویشی میرشکارلو / آموزگار تربیت بدنی
آرزو مهدی‌زاده / مدیر دبستان امام علی (ناحیه یک آموزش و پرورش شهرستان ارومیه)
دکتر مالک احمدی / هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه

جدول اعمال مداخله در فضای انگیزشی تبحر محور و عملکرد محور
بر اساس ساختار «TARGET»، ارائه شده توسط اسپین^۱ (۱۹۸۹) و آمز (۱۹۹۲)

جو تبحر محور	جو عملکرد محور	تکلیف
هدف‌گزینی نسبت به مهارت خود فرد، یادگیری موارد آموزشی متفاوت به روش‌های گوناگون	هدف‌گزینی رقابتی نسبت به عملکرد سایر افراد گروه، یادگیری موارد آموزشی متفاوت بر اساس روش مربی	
اختیار در حضور و غیاب، اختیار در نحوه گرم کردن، اختیار در تمرین موارد آموزش داده شده	تأکید بر حضور در کلاس، گرم کردن توسط مربی یا شاگرد برتر کلاس، تمرین موارد آموزش داده شده با نظر مربی	
تشویق و دادن بازخورد مثبت بر اساس پیشرفت فردی	تشویق و دادن بازخورد بر اساس پیشرفت نسبت به گروه	
گروه‌بندی ترکیبی و تصادفی	گروه‌بندی بر اساس سطح توانایی	
ارزیابی بر اساس پیشرفت دانش آموز	ارزیابی بر اساس نمره و هنجارها یا نسبت به گروه	
زمان انعطاف‌پذیر برای هر دانش‌آموز در تمرین موارد آموزشی	زمان مساوی برای همه دانش‌آموزان در تمرین موارد آموزشی	

زمان مساوی یادگیری مهارت‌ها برای تمامی افراد است. در اکثر محیط‌های تربیت بدنی می‌توان هر دو نوع رفتارهای ذکر شده را مشاهده کرد.

پیامدهای مرتبط با جو انگیزشی ادراک شده

نتایج مطالعاتی که متغیرهای مرتبط با جو انگیزشی ادراک شده را مورد بررسی قرار داده‌اند، هم‌سو با پیش‌بینی‌های تئوری دستیابی به هدف هستند (پیشین). نتایج بیانگر ارتباط سازگاران و مثبت ادراک از جو تبحر محور با پیامدهای زیر است:

- احساس لذت بیشتر، رضایت، و خلق و خوی مثبت؛
- اعتقاد به این که تلاش، علت مهم موفقیت ورزشی است؛
- خودارزیابی عملکرد و پیشرفت؛
- استفاده از رویکردهای مقابله‌ای سازگاران (مانند رویکرد مقابله‌ای حل مسئله و میل کمتر به تحلیل رفتگی ورزشی)؛
- داشتن این باور که بازخورد، تمرین، و دستورالعمل و حمایت اجتماعی مثبتی توسط مربی انجام می‌شود؛
- احساس شایستگی ورزشی؛
- احساس تعلق و پیوستگی اجتماعی؛
- داشتن ارتباط مثبت با دوستان؛
- اعتقاد به این که اهداف ورزشی

شامل ترفیع اخلاق و ارزش‌های اجتماعی هستند؛

- عملکرد اخلاقی مثبت و جوانمردی در ورزش با احترام به بازی، داور، قوانین و پرخاشگری کمتر.

در مقابل، یافته‌های مطالعات قبلی حاکی از آن است که ادراک از جو عملکرد محور، با پیامدهای ناسازگاران و یا منفی زیر مرتبط است:

- اضطراب و نگرانی بیشتر مرتبط با عملکرد بیشتر؛
- اعتقاد به این که توانایی شاخص مهمی در دستیابی به موفقیت ورزشی است؛
- ترک ورزش؛
- تعارض بیشتر با دوستان و هم‌سن و سالان؛
- داشتن این باور که توانایی فردی دیگر هنجار و مرجع است؛
- * داشتن این باور که مربی حمایت اجتماعی و بازخورد مثبت کمتر و بازخورد تنبیه مدارانه بیشتری دارد.

جمع‌بندی و نتیجه‌گیری

در کل به نظر می‌رسد، جو انگیزشی با تأثیر بر متغیرهای مهم شناختی، خلق و احساس، و رفتار، یک متغیر انگیزشی مهم در کلاس‌های تربیت بدنی مدارس است. با توجه به پیامدهای مثبت جو انگیزشی تبحر محور، معلمان ورزش می‌توانند از ساختارهای TARGET به عنوان چارچوبی برای خلق جو تبحر محور در کلاس‌های تربیت بدنی استفاده کنند. برای مثال، آنان می‌توانند: چند روش و یا ایستگاه برای یادگیری مهارت‌های حرکتی ارائه کنند؛ از دانش‌آموزان بخواهند نقش خود را در کلاس تعیین کنند؛ دانش‌آموزان را به خاطر دستیابی به اهداف شخصی تشویق کنند؛ از شیوه یادگیری از طریق همکاری و کمک گروه به یکدیگر استفاده کنند؛ بر اساس پیشرفت در اجرای مهارت خود دانش‌آموز به او نمره بدهند؛ به هر دانش‌آموز برای ماهر شدن در اجرای مهارت، زمان کافی اختصاص دهند. همچنین، برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای معلمان ورزشی درباره چگونگی خلق یک جو انگیزشی مناسب، می‌تواند مفید واقع شود.

منابع

- Ames, C. (1992). Achievement goals, and adaptive motivation patterns: the role of the environment. In Roberts, G.C., (Ed) Motivation in sport and exercise (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics
- Hagger, M.S., Chatzisarantis, N.L.D., Culverhouse, T., & Biddle, S.J.H. (2003). The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure time physical activity intentions and behavior: A trans-contextual model. Journal of Educational psychology, 95, 784-795.
- World Health Organization. (2004). Global strategy on diet, physical activity, and health. Geneva: World Health Organization.

Perceived motivational climate Achievement Goal Theory

Task or mastery oriented Ego or performance oriented Newton Ames Tasks, Authority, Recognition, Grouping, Evaluation & timing. Epstein

