

1 - تعريفات الدافعية:

يُعتبر تعريف الدافعية بشكل دقيق، عملية صعبة نظراً للاستعمالات المختلفة لهذا المفهوم ففي بعض الأحيان يذهب البعض إلى التعبير عن الدافعية على أنها مجموعة: الدوافع، الحاجات الحوافز والبواعث... ويمكن تقديم بعض التعاريف أهمها :

فمصطلح "الدافعية" *MOTIVATOIN* مصطلح إنجليزي يعبر عن مجموعة العوامل التي تلعب دوراً في إثارة سلوك الفرد، ويعرف علم النفس الدافعية بكونها: "العملية الفيزيولوجية النفسية المسؤولة عن إثارة واستمرار أو كبت سلوك ما، فهي عملية من الناحية العصبية تعبر عن مستوى النشاط واليقظة عند الفرد، ومن الناحية النفسية تعبر عن القوى التي تؤدي إلى سلوك موجّه نحو هدف والقوى التي تسمح بمتابعة هذا السلوك حتى تحقق الهدف المطلوب... ففي مجال النشاط البدني هناك اتفاق على أن الدافعية هي المصطلح المفترض والمستعمل لوصف العوامل الداخلية والخارجية المعلّلة عن إثارة السلوك وتوجيهه... والمتابرة فيه"<sup>(1)</sup>.

يُعرف "محمد الحناوي" (1997) الدافعية على أنها "القوة التي تحرك وتستثير الفرد لكي يؤدي العمل، أي قوة الحماس والرغبة في القيام بهذا العمل، وهذه القوة تنعكس في كثافة الجهد الذي يبذله الفرد في درجة متابرتة واستمراره في الأداء ومدى تقديمه لأفضل ما عنده من قدرات ومهارات في العمل"<sup>(2)</sup>.

"الدافع هو حالة توتر داخلية ناتجة عن حاجة نفسية اجتماعية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك وتوجهه وتستمر به إلى هدف معين وتحقيقه، حتى يزول هذا التوتر"<sup>(4)</sup>.

2- الدوافع في الرياضية:

يعتبر موضوع الدوافع في مجال علم النشاط البدني الرياضي من أهم مواضيع الدراسة والبحث ففي مجال علم النفس وعلم الاجتماع وعلم النفس الرياضي فإنّ الدارس يتركز أساساً على سلوك الفرد ونشاطاته المختلفة، قصد معرفة مصدرها، وهذا يعني بأن وراء كل فعل دافع أو محرّك يُثير السلوك.

وفي مجال النشاط البدني الرياضي، يُشير أتكينسون (Atkinson 1971) إلى نماذج بعض الدوافع التي قد تنتج عن المشاركة الرياضية أساساً وهي على النحو التالي:

1. الإنجاز *Accomplissement*: الحاجة إلى التغلب على الصعاب وإنجاز المهام الصعبة.
2. الإستعراض *Démonstration*: الحاجة إلى المبالغة الذاتية واستثارة الآخرين.
3. الدفاع *Se Défendre*: الحاجة إلى تبرير الفرد لسلوكه.
4. السيادة *Domination*: الحاجة إلى التأثير على الآخرين أو التّحكّم فيهم.
5. الإستقلال *Autonomie*: التحرر من القيود والتخلّي عن الأنشطة المفروضة والميل للحركة.
6. العدوان *Agression*: إيذاء الآخرين أو إصابتهم.
7. المعرفة : الاستكشاف وتوجيه الأسئلة وإشباع حب الاستطلاع.

<sup>(1)</sup> R.J.Vallerand et E. Thill, *Introduction à la Motivation, Edition revue EPS, 1993, P :23.*

<sup>(2)</sup> محمد الحناوي، السلوك التنظيمي، الدار الجامعية، الإسكندرية، 1997، ص 205.

8. **3- الهدف من الدوافع في الرياضية:** "موضوع الدوافع في الرياضة بصفة عامة يرمي أساساً إلى تفسير ما وراء السلوك في المنافسة والتدريب بغرض الإجابة على التساؤلات الملحة... فتفسير السلوك خاضع بدوره لتفاعل القدرات التفسيرية للفرد مع متطلبات الوضع وذلك حسب نظرية "باندورا" (Bandura 1980)"<sup>(1)</sup>.

لذا كان من الجدير الإشارة إلى دوافع الممارسة الرياضية بمختلف أنواعها وكذا الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني والرياضي، لنبيّن أهمية الدوافع في إثارة وتوجيه الفرد الرياضي (التلميذ) لممارسة ألوان النشاط البدني الرياضي خاصة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي الذي تُولي له المنظومة التربوية الأهمية البالغة.

#### **4- أنواع دوافع النشاط البدني الرياضي:**

يمكن تقسيم دوافع النشاط البدني الرياضي (حسب محمد حسن علاوي) إلى نوعين وهما:<sup>(2)</sup>

أ- **دوافع أولية فيزيولوجية:** وهي عبارة عن دوافع وحاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه، ومن أمثلتها الحاجة إلى الطعام، الراحة و النوم، والحاجة إلى الحركة.

ب- **دوافع ثانوية إجتماعية:** وتسمى أيضاً بالحاجات الإجتماعية المكتسبة، إذ يكتسبها الفرد لتفاعله مع البيئة إذ تقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية، ومن أمثلتها: الحاجة إلى التفوّق والمقاتلة، الحاجة إلى المركز أو المكانة، الحاجة إلى السيطرة، والحاجة إلى الأمن والتقدير.

#### **5- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:**

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعدد مجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية ونظراً لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصورة مباشرة أو غير مباشرة، وتبعاً لذلك يمكن تقسيم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:<sup>(3)</sup>

##### **أ. الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:** وتتمثل في:

- دافع التعلم لمهارات جديدة.
- دوافع التحدي والإثارة.
- دوافع المتعة والسعادة والمشاركة في الرياضة.
- دوافع الانتماء.
- دافع اللياقة البدنية و الحركية.
- ب. **الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي:** وتتمثل في:
  - دوافع بناء الشخصية
  - دافع الترويح واستثمار الفراغ و تطوير وتنمية الصحة النفسية.
  - دافع التخلص من الإجهاد والتوتر العصبي.

#### **6- وظيفة الدوافع في الرياضية:**

<sup>(1)</sup> R.J.Vallerand et E. Thill, Idem, P:25.

<sup>(2)</sup> محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعرفة، مصر ، ط8، 1992، ص 157.

<sup>(3)</sup> حرشاي يوسف، "الإنتاجات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي (15-18 سنة)"، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التربية البدنية والرياضية، 2006، صص 66-67.

1- تعمل الدوافع على استثارة سلوك الرياضيين، فاللاعب يصبح خاملًا كسولًا إذا أشبعت كل حاجاته، أما إذا استثيرت حاجاته النفسية فإنه ينشط ساعيا لإشباعها.

2- تعمل الدوافع على توجيه السلوك الرياضي: فالضعيف في التصويب أو التمير في مكان معين، نجده أكثر تدريبًا وتمرنًا للنجاح في هذه المهارات.

3- تساعد الدوافع على استمرار السلوك الرياضي حتى تحقيق الهدف، بالمواظبة والحضور للتدريب .

4- تعمل الدافعية على الزيادة في معدل السلوك الرياضي، عن طريق الإشباع الذي يحققه النشاط الرياضي إذ يعتبر بمثابة التعزيز الإيجابي الذي يؤدي بدوره إلى احتمال حدوثه وتأكيد.

5- تساعد الدوافع على تأخير ظهور التعب خلال الممارسة الرياضية .

### 7- تطور دوافع الممارسة الرياضية :

تتطور دوافع الممارسة الرياضية نتيجة لمتغيرين اثنين :

الأول : هو المرحلة العمرية التي يكون عليها الفرد الرياضي، فالدوافع التي تستثير الأطفال نحو الممارسة الرياضية تختلف عن تلك الدوافع التي تستثيرهم في مرحلة البلوغ والمراهقة، وتختلف عن تلك الدوافع التي تستثيرهم في مرحلة الشباب أو الكهولة والشيوخ.

أما المتغير الثاني : الذي يتحكم في تطور دوافع الممارسة الرياضية فهو المستوى الرياضي الذي يكون عليه الفرد، فدوافع الناشئ المبتدئ تختلف عن دوافع لاعبي الدرجة الأولى ، والتي تختلف بدورها عن دوافع لاعبي الدوليين، كما تختلف دوافع الممارسة الرياضية من أجل الصحة والترويح عن دوافع الممارسة الرياضية من أجل البطولة<sup>(1)</sup>