

تأثير استخدام التعلم التنافسي المقارن علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئي رياضة الجودو

*أ.م.د/ نجية عبدالفتاح شوقي

المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر المنافسة الرياضية ضرورة هامة لتحقيق الرقي والتطور في جميع الأنشطة الرياضية ، حيث أن الرياضة دون منافسة لا قيمة لها سواء كان ذلك منافسة الفرد لنفسه أو بأقرانه أو بآخرين ، كما أن المنافسة الرياضية لا يتوقف أثرها علي نتائج المنافسة فقط كالفوز أو الهزيمة بل يمتد أثرها إلي الجانب التربوي إذ تسهم بنصيب وافر في التأثير على تنمية وتطوير وتشكيل قدرات الفرد المختلفة البدنية والمهارية والمعرفية وتشكل أيضاً سماته الخلقية والإرادية. (٣٢ ، ٣٠:١٣)

وتذكر " بثينة عبدالخالق إبراهيم " (٢٠١٢) أن التعلم التنافسي أحد أساليب التعلم التي تم الاتجاه إليها لمحاولة تحقيق أكبر ناتج تعليمي من عملية التعلم بالإضافة إلي كونه يحمس المتعلمين ، ويثير لديهم الدافعية وروح المنافسة للوصول إلي الهدف. (٢ : ١٣٤)

ويشير " ماريان وسيفي Marian & Spivey (٢٠٠٣م) إلي أن للتعلم التنافسي دوراً فعالاً في إثارة الدافعية والجهود والانتاجية التي تهدف إلي التفوق والطموح وتقريب الفجوة بين القدرة والأداء ، والتنافس يجعل أفراد المجموعة أكثر استمتاعاً بالإضافة إلي الدور الذي يلعبه التنافس في الأداء وزيادة الاهتمام والتركيز أثناء الأداء . (٢٠ : ٩٨)

ويري " كوهان Chauhan " (٢٠١٢م) أن التنافس يزيد من السرعة في إنجاز العمل كما يعمل علي زيادة الجهد المبذول من قبل المتعلم في المهمة التي يتنافس فيها مع غيره ، وحث المتعلمين علي التعلم ، كما أنه يثير اهتمامهم بالمادة التعليمية ، ويهيئ لهم الفرص التي تساهم في قدراتهم . (١٩ : ٣٥٨)

* أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

ويذكر " حامد سليمان " (٢٠١٢ م) أن الموقف التنافسي يؤثر في درجة اندماج ومشاركة ومستوي الانجاز لدي الناشئ وأن هناك العديد من العوامل التي تؤثر في دافعية إنجازهِ والتي من أهمها خبرات النجاه وتوقع الهدف وتجنب الفشل والحاجة إلي الانجاز وأيضاً هناك مجموعة من التوجهات لتنمية دافعية الانجاز لدي الناشئ من أهمها إظهار الكفاءة والتفوق والتشجيع والتقدير وزيادة الوعي والأسلوب الإيجابي والتي لها عظيم الأثر في تنمية دافعية الإنجاز لديهم .

(٢٩٦ ، ٢٩٣ : ٣)

ويعرف " أسامة كامل راتب " (٢٠٠٧ م) دافعية الإنجاز بأنها الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز المهام التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة ، كالك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز الواجبات التي يكلف بها . (١٠٦ : ١)

ويذكر " خلف محمد الدسوقي " (٢٠٠٠ م) أن رياضة الجودو احتلت مركزاً متقدماً بين الألعاب الفردية التي يتم التنافس فيها عالمياً وأولمبياً وقارياً ودولياً والتي اكتسبت شهرة واسعة مما انعكس علي زيادة الإقبال علي ممارستها وهذا بدوره يلقي عبئاً علي القائمين بهذه الرياضة بالاهتمام بمستوي القاعدة العريضة من الناشئين والشباب وذلك بتوفير أفضل البرامج التعليمية والتدريبية الموضوعة علي أسس علمية للارتقاء بها وتطويرها من النواحي الفنية والخططية والقانونية للوصول إلي المستويات العالية في تلك الرياضة . (٤ : ٢)

وتعد مرحلة ناشئي الجودو هي الفترة المهمة والرئيسية التي فيها يكتسب الأداء المهاري والقدرات البدنية الخاصة بالجودو ، لذا علي المدرب الاهتمام بإتقان لاعبيه أساسيات ومهارات الجوجو وكثرة التكرار الأداء " اتشكومي " لمهارات الجودو في اتجاهات وأشكال متنوعة سواء من الثبات أو التحرك وبالأداء المباشر أو غير المباشر مثل استخدام المهارات المركبة أو مهارات الهجوم المضاد .

ويشير " مراد إبراهيم طرفه " (٢٠٠١ م) أن الإتقان التام للمهارات الحركية في الجودو يعد الهدف الأساسي والنهائي لعملية التعلم ، حتي يمكن إستخدامها بأكبر درجة من الفاعلية أثناء المنافسات الرياضية والوصول بها إلي أعلى المستويات ، ولكي يتحقق ذلك يجب أن تتصف عملية الأداء بالسمات الإرادية والدوافع . (٣٩٠ : ١٦)

ومن خلال خبرة الباحثة العلمية والعملية في مجال تدريس وتدريب رياضة الجودو وجدت أن الطرق التقليدية المستخدمة في تعليم مهارات الهجوم المضاد في رياضة الجودو تقوم على الخبرة

الشخصية للمدرب دون محاولة منه في الاعتماد على أساليب تعليمية مبرمجة ومخطط لها مسبقاً، وقد لاحظت الباحثة اعتماد أغلب المدربين في التعليم علي أداء الناشئين للمهارات بشكل منفرد أو مع الشواخص أو مع الزميل بشكل سلبي (كالشواخص)، دون تطبيقها في شكل تنافسي مما يؤدي إلى عدم تحقيق الهدف بالشكل المرجو من عملية تعليم مهارات الهجوم المضاد ، بالإضافة إلى الملل والفتور اللذان قد يتسبب فيهما استخدام الطرق التقليدية (كأسلوب التعلم بالأوامر) في تعليم تلك المهارات، ولما كان الهدف من عملية التعليم والتدريب هو الوصول بالناشئ إلى مستوى أداء عالي في تنفيذ مهارات الهجوم المضاد و مدى إتقانه لأداء وتنفيذ تلك المهارات على المنافس لتسجيل النقاط والفوز بالمباراة، وبما أن هذه المرحلة السنوية مازالت تحتي منحني التعلم وأن البرامج التعليمية المنفذة داخل الأندية هدفها تعليم وإتقان المهارات للارتقاء بمستوي الأداء لذا رأت الباحثة استخدام أسلوب آخر في التعليم أكثر فاعلية (أسلوب التعليم التنافسي المقارن)، وتتفق الباحثة مع " تود لين Todd Layne" (٢٠١٤) (٢٢) على أن طرق التعليم والتدريب لتحسين الأداء يجب أن تكون مشابهة ميكانيكياً لطريقة تنفيذها في المنافسات، حتى يؤدي ذلك إلى تطوير أداء الناشئين والذي يجمع بين فنية الأداء وسرعته، وذلك باستخدام تمارين المنافسة.

وترى الباحثة أن أسلوب التعلم التنافسي يتيح للمتعلمين الأداء الفني في ظل ظروف تنافسية مشابهة إلى حد ما بما يحدث في المباراة بدلاً من تعلم المهارات بصورة تقليدية الأمر الذي يستطيع فيه المتعلم أداء المهارات بصورتها الفنية والقانونية الصحيحة من خلال وضعه في مواقف تنافس حقيقية، ومن ثم الوصول بالأداء إلى مرحلة الإتقان.

ولقد أكدت العديد من الدراسات مثل دراسة كلاً من " علي مصطفى علي " (٢٠٢١م) (٨) **ظاهر مصطفى محمد** " (٢٠١٩ م) (٧) علي أنه من خلال التنافس يتحقق للمتعلمين حصائل تعلم مباشرة وتحسين في مستوى أداء المهارات ، وبذل أقصى جهد ممكن، إعلاء مصلحة الفريق على مصلحة الفرد، وكذلك توفر عوامل الإثارة والتشويق والشعور بالسعادة وتزيد من دافعية التعلم للمتعلمين كأحد الأبعاد النفسية التي تؤثر على سير العملية التعليمية للمتعلم، للوصول إلى مستوى أداء متميز، والذي يكون لهم دور فعال في تحسين مستوى أداء المهارات الحركية، لذا رأت الباحثة أن التعلم التنافسي المقارن كأحد أساليب التعلم قد يكون إيجابي على تعلم المهارات كما يعمل على مراعاة الفروق الفردية بين الناشئين .

وعلي حد علم الباحثة لا توجد دراسة علمية تطرقت إلى استخدام التعلم التنافسي المقارن علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئ رياضة الجودو ، حيث طبق في مجالات أخرى مثل دراسة كلاً من **علي مصطفى علي** " (٢٠٢١م) (٨) **ظاهر مصطفى محمد** " (٢٠١٩ م) (٧) مما يضيفي صفة الحداثة للبحث.

ومن هنا جاءت فكرة البحث في كونها محاولة علمية للتعرف علي تأثير استخدام أسلوب التعلم التنافسي المقارن علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئ رياضة الجودو .

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير استخدام التعلم التنافسي المقارن علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئ رياضة الجودو وذلك من خلال.

- ١- تصميم برنامج تعليمي باستخدام التعلم التنافسي المقارن .
- ٢- التعرف علي فاعلية البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التعلم التنافسي المقارن علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئ رياضة الجودو.

فروض البحث

- ١- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في دافعية الإنجاز لدى ناشئ رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.
- ٢- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في مستوي أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدى ناشئ رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

أسلوب التعلم التنافسي:

هو أسلوب من أساليب التدريس الذي يتميز بوجود منازلة أو تنافس بين شخصين في سبيل تحقيق أهداف معينة. (٥ : ٦٦)

التنافس المقارن (لاعب ضد لاعب آخر):

طبيعة التنافس هنا تقوم على إظهار القدرات والمهارات الفردية لكل لاعب بما يحقق له الاقتراب والتساوي أو التغلب على منافسه وهنا غالباً ما تعود النتيجة على اللاعب نفسه. (٩ : ٨٠) دافعية الإنجاز :

هي " إستعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الإمتياز ، وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة ". (١١ : ٢٥١) الهجوم المضاد:

هو " قدرة اللاعب علي تجنب وصد هجمات المنافس والعمل علي فتح ثغرات لهجوم جديد لمهارة مناسبة للوضع المتواجد فيه المتنافسين من حيث بعده أو قربه من منافسه وقاعده ارتكازه. (١٧ : ١٧٦)

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة مستخدمة في ذلك القياس القبلي والبعدى وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث . مجتمع وعينة البحث:

قامت الباحثة بإختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من ناشئي رياضة الجودو تحت (١٤) سنه بمركز شباب ناصر الرياضي بمحافظة الشرقية للموسم التدريبي ٢٠٢٠/٢٠٢١ وقد بلغ عدد مجتمع البحث (٣٠) ناشئ ، وقد تم اختيار عينه استطلاعية بالطريقة العشوائية قوامها (١٠) ناشئين لإجراء الدراسة الإستطلاعية ولإيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لمقياس دافعية الإنجاز والإختبارات البدنية قيد البحث وبذلك بلغ عدد عينة البحث الأساسية النهائية (٢٠) ناشئ ، وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

البيان	مجتمع البحث	عينة البحث الأساسية	العينة الاستطلاعية
العدد	٣٠	٢٠	١٠
النسبة	%١٠٠	% ٦٦,٦٧	% ٣٣,٣٣

-اعتدالية توزيع مجتمع البحث :

قامت الباحثة بإيجاد إعتدالية عينة البحث في

- معدلات النمو (السن - الطول - الوزن).
- المتغيرات البدنية (قدرة عضلات الرجلين للأمام- قدرة عضلات الرجلين لأعلي - قوة عضلات البطن - الرشاقة - السرعة الحركية - التوازن الثابت).
- مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد والمتمثلة في (أوسوتو جاري × هراي جوشي- كوشي جورما × أوجوشي - أوسوتو جاري × أوسوتو جاري).
- مقياس دافعية الانجاز وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

إعتدالية توزيع مجتمع البحث في جميع المتغيرات (قيد البحث)

ن = ٣٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
معدلات النمو	العمر الزمني	سنة	١٢.٩٣	١٣.٠٠	٠.٩٤	٠.٢٢-
	الطول	سم	١٤٨.٢٣	١٤٩.٠٠	١.١٠	٢.١٠-
	الوزن	كجم	٣٧.٨٠	٣٨.٠٠	١.٥٤	٠.٣٩-
المتغيرات البدنية	العمر التدريبي	سنة	٢.٣٣	٢.٠٠	٠,٩٦	١.٠٣
	القدرة العضلية للرجلين للأمام	سم	١٥٩.٦٣	١٦٠.٠٠	١.٣٢	٠.٨٤-
	القدرة العضلية للرجلين لأعلي	سم	٢٠.٥٠	٢٠.٥٢	٠.٥٢	٠.١٢-
	قوة عضلات البطن	عدد	١٣.٦٣	١٣.٠٠	١.٤٥	١.٣٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
	الرشاقة	عدد	٧.٤٧	٧.٠٠	٠.٩٧	١.٤٥
	السرعة الحركية	عدد	٥.٤٣	٥.٠٠	١.١٧	١.١٠
	التوازن الثابت	ثانية	٤.١٣	٤.٠٠	٠.٧٨	٠.٥٠
المتغيرات المهارية	أوسوتو جاري × هراي جوشي	درجة	١.٦٣	١.٥٥	٠.٢٠	١.٢٠
	كوشي جورما × أو جوشي	درجة	١,٥١	١.٥٠	٠.٠٢	١.٥٠
	أوسوتو جاري × أوسوتو جاري	درجة	١.٩٢	١.٩١	٠.٠٣	١.٠٠
	مقياس دافعية الانجاز	درجة	٥٤.٧٨	٥٤.٢٥	٢.٠٩	٠.٧٦

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لمجتمع البحث تراوحت ما بين (١.٥٠ ، -٢.١٠) أي انحصرت ما بين (± 3) مما يدل علي أن المعلومات تتبع المنحنى الاعتمالي في جميع المتغيرات (قيد البحث).

وسائل وأدوات جمع البيانات:

أولاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلي للجسم بالسنتيمتر.
- ميزان طبي معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- ساعة إيقاف.
- صالة جودو مجهزة بالنادي.

ثانياً: الإختبارات البدنية قيد البحث: مرفق (٤)

قامت الباحثة بإجراء بعض المقابلات الشخصية مع مجموعة من الخبراء في مجال (رياضة الجودو) لتحديد بعض القدرات البدنية الأكثر ارتباطا بمهارات الهجوم المضاد قيد البحث في رياضة الجودو مرفق (١) ثم قامت الباحثة بمسح مرجعي لبعض المراجع العلمية المتخصصة في الإختبارات والمقاييس والتي أمكن الحصول عليها مثل: محمد

حسن علاوى ومحمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١) (١٤)، محمد صبحى حسانين (٢٠٠٣) (١٥) لتحديد أنسب الإختبارات التى تقيس القدرة العضلية للرجلين قوة عضلات البطن والرشاقة و السرعة الحركية والتوازن الثابت ، وبناء على ذلك تم تحديد الإختبارات التالية:

- ١- إختبار الوثب العريض من الثبات . (لقياس القدرة العضلية للرجلين للأمام)
- ٢- إختبار الوثب العمودي لسارجنت. (لقياس القدرة العضلية للرجلين لأعلي)
- ٣- إختبار قوة عضلات البطن. (لقياس القوة)
- ٤- إختبار التحرك الجانبي وتغيير الاتجاه للعكس. (لقياس الرشاقة)
- ٥- إختبار سرعة الخطو علي مقعد ١٠ ثوان . (لقياس السرعة الحركية)
- ٦- إختبار التوازن الثابت . (لقياس التوازن)

ثالثاً: تقييم مستوى أداء المهارات قيد البحث فى رياضة الجودو:

تم تقييم أفراد عينة البحث الأساسية فى مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد (أوسوتو جاري × هراي جوشي-كوشي جورما × أوجوشي - أوسوتو جاري × أوسوتو جاري) عن طريق الاستعانة بلجنة محكمين مكونه من ثلاثة حكام بمنطقة الشرقية للجودو مرفق (٢)، حيث تم إعطاء كل ناشئ ثلاث محاولات وتم أخذ متوسط الثلاث محاولات، وتم التقييم من خلال إعطاء درجة صفر كحد أدنى وخمسة درجات كحد أقصى.

رابعاً : مقياس دافعية الانجاز: مرفق (٥)

قامت الباحثة بالاستعانة بمقياس دافعية الانجاز الذي قام ببنائه جووليس "GoWillis" (١٩٨٢م) وقام بتعريبه محمد علاوى (١٩٩٨م) () ، وقد استخدمه العيد من الباحثين العرب والمصريين مثل دراسة "ظاهر مصطفى محمد" (٢٠١٩م) (٧) بهدف قياس مستوي دافعية الإنجاز ، ويتكون المقياس من محورين (دافع النجاح - تجنب الفشل) ولكل محور (١٠) عبارات ، ليبلغ إجمالي عدد العبارات (٢٠) عبارة ، وبواقع (١٤) عبارة إيجابية ، و (٦) عبارات سلبية ، ويتم تصحيح المقياس وفق ميزان خماسي التقدير (درجة كبيرة جداً - درجة كبيرة - درجة متوسطة -

درجة قليلة - درجة قليلة جداً (علي أن تكون أوزان الدرجات للعبارات الإيجابية (١-٢-٣-٤-٥) علي التوالي بينما درجات العبارات السلبية (١-٢-٣-٤-٥) علي التوالي وبذلك تكون أعلي درجة للمقياس (١٠٠) درجة ، وأدني درجة للمقياس (٢٠) درجة .
الدراسة الإستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بتطبيق وحدة تعليمية على أفراد عينة البحث الاستطلاعية وعددها (١٠) ناشئين من مجتمع البحث و خارج العينة الأساسية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٧/١٠م إلي يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٧/١٧م وذلك للتأكد من :

- تدريب المساعدات على إجراء القياسات وتطبيق وحدة من وحدات البرنامج.
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة أثناء إجراء الدراسة الأساسية.
- التعرف علي مدى مناسبة البرنامج التعليمي لعينة البحث الأساسية.
- مدى ملائمة الإختبارات المستخدمة لأفراد عينة البحث.
- تحديد عدد التكرارات وفترات الراحة بين كل تمرين وآخر.
- التعرف علي مدى مناسبة مقياس دافعية الإنجاز لأفراد عينة البحث.
- إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز قيد البحث.

نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى:

- ١- صلاحية محتوى الوحدات التعليمية بالبرنامج التعليمي المقترح ومناسبة لعينة البحث الأساسية.
- ٢- ذللت الصعوبات التي واجهت الباحثة قبل تنفيذ التجربة الأساسية للبحث.
- ٣- تم التأكد من ملائمة الإختبارات المستخدمة ومقياس دافعية الإنجاز لأفراد عينة البحث.
- ٤- تم التحقق من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات البدنية ومقياس دافعية الانجاز (قيد البحث)
 أولاً: معامل الصدق للإختبارات البدنية ومقياس دافعية الانجاز (قيد البحث)
 أ- صدق الأختبارات البدنية :

أستخدمت الباحثة صدق التمايز للتحقق من صدق الإختبارات البدنية، وذلك بمقارنة نتائج قياسات المجموعتين إحداهما عينة البحث الإستطلاعية (مجموعة غير مميزة) وعددها (١٠) ناشئين من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، والأخري ناشئين حاصلين علي الحزام البني في الجودو تحت ١٦ سنه (مجموعة مميزة) وعددها (١٠) ناشئين ، وذلك يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٧/١٠م، ثم تم إيجاد دلالة الفروق بين هذه القياسات وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

في المتغيرات البدنية قيد البحث

ن=١ ن=٢ =١٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		م ف	قيمة ت
			(١)م	(١)ع	(٢)م	(٢)ع		
١	القدرة العضلية للرجلين للأمام	سم	١٦٦.١٠	١.٦٠	١٦٠.٣٠	٢.١١	٥.٨٠	٦,٦٠
٢	القدرة العضلية للرجلين لأعلي	سم	٢٣.٠١	١.٠١	٢٠.٣٣	٠.٥٧	٢.٦٨	٤.٠١
٣	قوة عضلات البطن	عدد	١٧.١٠	١.٢٠	١٤.٤٠	١.٤٣	٢.٧٠	٥,٧١
٤	الرشاقة	عدد	١٠.٤٥	١.٠٤	٨.٠٩	٠.٨٣	٢.٣٦	٥.٤٧
٥	السرعة الحركية	عدد	٧,٢٠	١.٣٢	٥.٨٠	٠.٩٢	١,٤٠	٣.١٠
٦	التوازن الثابت	ثانية	٤.٥٠	٠.٧١	٣.٥٠	٠.٥٣	١.٠٠	٣,٣٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.١٠

يتضح من جدول (٣) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية مما يدل علي وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات

البدنية (قيد البحث) لصالح المجموعة المميزة مما يدل على صدق الاختبارات في قياس ما وضعت من أجله .

ب- صدق مقياس دافعية الانجاز (قيد البحث):

تم التأكد بطريقتين وهما :

صدق المضمون (المحتوى) :

حيث تم عرض أسئلة الاختبار على مجموعة من الخبراء وعددهم (٣) خبراء مرفق (١) وتم موافقتهم على الأسئلة مما يثبت صدق المضمون أو المحتوى .

صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق مقياس دافعية الانجاز بإستخدام طريقة صدق الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمقياس وجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية
لمقياس دافعية الإنجاز

ن = ١٠

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٧٦٥	١١	٠.٨٤٣
٢	٠.٧٨١	١٢	٠.٧٥٤
٣	٠.٦٨٩	١٣	٠.٦٨٦
٤	٠.٧٢٣	١٤	٠.٦٧٩
٥	٠.٧٥٣	١٥	٠.٧٣٥
٦	٠.٦٨٨	١٦	٠.٦٧٧
٧	٠.٧٦٧	١٧	٠.٧٢٥
٨	٠.٨١٦	١٨	٠.٧٨٤
٩	٠.٨٠٠	١٩	٠.٧٧٧
١٠	٠.٨٧٥	٢٠	٠.٨٧٣

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي لمقياس دافعية الإنجاز (قيد البحث) دالة إحصائياً، حيث تراوحت قيمة " ر " المحسوبة ما بين (٠.٦٧٧، ٠.٨٧٥)، وهي أكبر من قيمة " ر " الجدولية مما يدل على صدق الإتساق الداخلي لمقياس دافعية الإنجاز (قيد البحث).

ثانياً: معامل الثبات للأختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز (قيد البحث) :

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات للأختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز قيد البحث وذلك عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test R -Test) وبفاصل زمني أسبوع بين التطبيق الأول يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٧/١٠ والثاني يوم السبت الموافق ١٧ / ٧ / ٢٠٢١ م وذلك علي العينة السابق ذكرها وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) معامل الثبات للأختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز قيد البحث

ن = ١٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة معامل الارتباط "ر"
			م (١)	ع (١)	م (٢)	ع (٢)	
١	القدرة العضلية للرجلين	سم	١٦٠,٣٠	٢,١١	١٦١,٠٠	٣,٤٦	٠,٧٩٠**
٢	القدرة العضلية للرجلين لأعلى	سم	٢٠,٣٣	٠,٥٧	٢٠,٣٨	٠,٦٦	٠,٨٨١**
٣	قوة عضلات البطن	عدد	١٤,٤٠	١,٤٣	١٤,٨٠	١,٨١	٠,٧٢٠*
٤	الرشاقة	درجة	٨,١٠	٠,٩٩	٩,٥٠	٢,١٢	٠,٧١١*
٥	السرعة الحركية	عدد	٥,٨٠	٠,٩٢	٦,٤٠	٠,٩٧	٠,٨٥١**
٦	التوازن الثابت	ثانية	٣,٥٠	٠,٥٣	٤,١٠	٠,٨٨	٠,٨٤٣**
٧	مقياس دافعية الإنجاز	درجة	٥٢,١٠	١,٦٦	٥٧,٤٠	٢,٤٦	٠,٧٢٣*

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات البدنية ومقياس دافعية الإنجاز قيد البحث انحصرت ما بين (٠,٦٩٨*, ٠,٨٨١**) وجميعها أكبر من قيمة "ر" الجدولية وقيمتها ٠,٦٣٢ عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يدل أن هذه الاختبارات والمقياس ذات معاملات ثبات عالية.

البرنامج التعليمي المقترح:

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التنافسي المقارن. مرفق (٦)

محتوى البرنامج التعليمي:

قامت الباحثة بإجراء مسح مرجعي للخطوات التعليمية وطريقة الأداء الفني والقوانين المنظمة لمهارات الهجوم المضاد (أوسوتو جاري × هراي جوشي - كوشي جورما × أو جوشي - أوسوتو جاري × أوسوتو جاري)، ثم قامت الباحثة بعرض محتوى البرنامج التعليمي على (٥) خبراء من المتخصصين في المناهج وطرق التدريس والجودو مرفق (١)، حيث اتفقوا على محتوى البرنامج التعليمي، ومناسبته للعينة وصلاحيته للتطبيق وجاءت موافقتهم بنسبة مئوية قدرها ٩٠%.

وقامت الباحثة بتقسيم الوحدة التعليمية اليومية إلى الأجزاء التالية:

الإحماء: (١٠) ق

ويهدف هذا الجزء إلى تهيئة الجسم بديناً ووظيفياً ونفسياً، وقد تضمن جزء الإحماء على (إحماء تقليدي، إحماء الألعاب الصغيرة، تمارين إطالة ومرونة).

الجزء الرئيسي: (٤٥) ق

ويتضمن هذا الجزء على الإعداد البدني الخاص والذي يهدف إلى إكساب الناشئ بعض القدرات البدنية الخاصة (القدرة العضلية للرجلين والذراعين، الرشاقة، السرعة الحركية، التوازن الثابت) والمرتبطة بمهارات الهجوم المضاد قيد البحث، وتنمية التوافق بين المجموعات العضلية، والتأثير على أجهزة الجسم لتحسين الكفاءة البدنية والوظيفية للناشئ.

كما تضمن هذا الجزء على تعليم مهارات الهجوم المضاد قيد البحث عن طريق عرض توضيحي للمهارة المراد تعلمها من قبل الباحثة، وتوضيح كيفية أدائها ومراحلها الفنية وخطواتها التعليمية، ثم يقوم أفراد عينة البحث بتنفيذ الخطوات التعليمية والتدريبات من خلال التنافس بينهم لتحديد أفضل وأسرع أداء صحيح.

التهدة: (٥) ق

ويهدف هذا الجزء إلى عودة الجسم وأجهزته الداخلية إلى حالته الطبيعية، ويتضمن مجموعة من تمارين الاسترخاء أو المشي أو الجري الخفيف أو الإطالة.

الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بوضع الوحدات التعليمية بإستخدام التعلم التنافسي المقارن لمهارات الهجوم المضاد قيد البحث، وتم تقسيمها إلى عدد (١٨) وحدة تعليمية، بواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع الواحد، زمن الوحدة التعليمية (٦٠) دقيقة تم توزيعها كالاتي على الإحماء (١٠) ق، والجزء الرئيسي (٤٥) ق، والتهدة (٥) ق، وقد استغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (٦) أسابيع.

القياسات القبلية:

قبل إجراء القياسات القبلية قامت الباحثة بتدريس وحدتين تعليميتين لأفراد عينة البحث الأساسية لكي يصل جميع أفراد العينة إلى مستوى معين يمكن للباحثة من خلاله إجراء القياسات القبلية، وذلك في الفترة من ٧/١٩ وحتى ٢٠٢١/٧/٢١ م ، ثم قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية لعينة البحث في جميع المتغيرات المحددة (قيد البحث) وذلك يوم السبت الموافق ٢٤ /٧/ ٢٠٢١ م وتم القياس وفقاً للترتيب التالي (المتغيرات المهارية- مقياس دافعية الإنجاز) قيد البحث .

تطبيق البرنامج التعليمي المقترح:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح علي عينة البحث الأساسية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٧/٣١ وحتى يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢١/٩/٨ م لمدة (٦) أسابيع بواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع الواحد مرفق (٦).

القياسات البعدية:

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية لعينة البحث الأساسية يوم السبت الموافق ٢٠٢١/٩/١١ م بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية.

المعالجات الإحصائية:

لمعالجة البيانات إحصائياً قامت الباحثة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء.

- معامل الارتباط - إختبار "ت" - معدل التغير %.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض النتائج

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسط القياسين (القبلي - البعدي) لعينة البحث الأساسية
في مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد ومقياس دافعية الإنجاز (قيد البحث)

ن = ٢٠

معدل التغير	قيمة (ت)	م ف	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	م	ع	م		
١٢١.٦٠%	١٨.٧٩	١.٩٦	٠.٤٧	٣.٥٩	٠.٠١	١.٦٢	درجة	أوسوتو جاري × هراي جوشي
١٥٩.٣٣%	١٧.٢٣	٢.٣٩	٠.٦٢	٣.٨٩	٠.٠١	١,٥٠	درجة	كوشي جورما × أو جوشي
١١٤.٧٢%	١٠.٠٨	٢.٢٦	٠.٩٨	٤.٢٣	٠.١٣	١.٩٧	درجة	أوسوتو جاري × أوسوتو جاري
٥٨.٩٥%	١٦.١٦	٣٢.٥٢	٧.١١	٨٧.٦٩	٨.٨٩	٥٥.١٧	درجة	مقياس دافعية الإنجاز

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٦

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في دافعية الإنجاز ومستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد (قيد البحث) لدى عينة البحث الأساسية ولصالح القياس البعدي.

ثانياً مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول (٦) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين (القبلي و البعدي) لعينة البحث الأساسية في دافعية الإنجاز قيد البحث لصالح القياس البعدي.

وتعزو الباحثة هذا التحسن في دافعية الإنجاز (قيد البحث) لدى الناشئين في رياضة الجودو إلى البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التعلم التنافسي المقارن ، والذي ساعد علي بث روح الحماس والرغبة والاستعداد لعملية التعلم بشكل كبير ، وذلك من أجل الرغبة في المشاركة بالمواقف التنافسية وبذل أقصى جهد لدي الناشئين للظهور بمستوي أداء متميز ولتحقيق الفوز مما ساهم ذلك في تحسين مستوى دافعية الانجاز لديهم .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه "حامد سليمان" (٢٠١٢) (٣) أن مواقف المنافسة الرياضية تعد من أهم دوافع الإنجاز الرياضي حيث أنها تعني استعداد الفرد لمواجهة المواقف التنافسية ومحاولة تحقيق التفوق وتجنب الخسارة في ضوء مستوى أو معيار معين .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من " علي مصطفى علي " (٢٠٢١م) (٨) طاهر مصطفى محمد " (٢٠١٩ م) (٧) والتي أكدت نتائجهم علي استخدام أسلوب التعلم التنافسي المقارن له تأثير إيجابي في تحسين مستوى دافعية الإنجاز لها من تأثير مباشر وإيجابي في سهولة وسرعة التعليم.

ومن خلال العرض السابق تكون الباحثة قد قامت بتحقيق صحة الفرض الأول والذي ينص علي

" وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في دافعية الإنجاز لدي ناشئي رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.

وتشير نتائج جدول (٦) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين (القبلي و البعدي) في مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد قيد البحث لصالح القياس البعدي.

وتعزو الباحثة هذا التحسن في مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد (قيد البحث) لدي الناشئين في رياضة الجودو إلي استخدام البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام التعلم التنافسي المقارن، والذي يتأسس على ضرورة وضع الواجبات الحركية لمهارات الهجوم المضاد قيد البحث في صورة تدريبات تنافسية بين الناشئين مما ساهم ذلك على تكوين بيئة تعليمية تنافسية تتميز بالاثارة والمتعة والحماس بالاضافة إلي أن الأسلوب التنافسي ساعد الناشئين علي فهم وإتقان المهارات الحركية وذلك لما في هذا الأسلوب من تشويق وحماس ورغبة في إظهار القدرات البدنية والفنية، ولما يتضمنه من ضرورة تعبئة الفرد لأقصى قواه وقدراته النفسية والبدنية في محاولة لتسجيل أو تحقيق أفضل مستوى ممكن.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه " وجيه محمود ، أحمد البديري " (٢٠٠٢م) (١٨) أن تعليم المهارات الحركية يتأثر بعدة عوامل منها المقارنة بين المتعلمين ، وكذلك التجارب الحركية التي يمرون بها داخل البرنامج التعليمي ، بالإضافة إلي التشويق والاثارة والممارسة والتدرج بالمهارات من السهل للصعب .

وترى الباحثة أن استخدام أسلوب التعلم التنافسي المقارن قد ساعد علي ظهور الفروق الفردية بين الناشئين ولذا راعت الباحثة أن يكون التنافس بينهما وفقاً لمستوياتهم وقدراتهم ثم التدرج والتنوع بمستوي التنافس طبقاً لمستوي الأداء ، كما أن وضع الخطوات التعليمية على شكل مواقف تنافسية مع الزميل والتعامل مع أوراق العمل المرفقة بالوحدات التعليمية (الشرح، النموذج، الصور، المواصفات الفنية، الفيديو) من جهة والبرنامج التعليمي ككل من جهة أخرى ساعد الناشئ على إتقان مهارات الهجوم المضاد قيد البحث، وذلك لما في هذا الأسلوب من تشويق وحماس ورغبة في إظهار القدرات المهارية، ولما يتضمنه من أنشطة تنافسية متنوعة ساعدت على زيادة نشر التنافس والمرح والتعاون بين الناشئين.

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه كل من "سامية فرغلي" (٢٠٠٢) (٦)، "فاطمة عوض" (٢٠٠٦) (١٠) على أن الهدف من استخدام الأسلوب التنافسي هو زيادة دافعية المتعلم في الموقف التعليمي، والذي بدوره تحسين مستوى الأداء المهاري، وفيه تقوم المعلمة بتقسيم المتعلمين على شكل أزواج إذ يتفاعل المتعلمين لتحقيق الأهداف المحددة، والتنافس المقارن يتفاعل فيه المتعلمان مع المهام الحركية المحددة لهما من جهة ومع بعضهما البعض من جهة أخرى بحيث يريد كلا منهما أن يحصل على المركز الأول في الموضوع المراد دراسته، وتقوم المعلمة بتوزيع العمل على المجموعات، وتمدهم بالأنشطة والمعلومات ثم تقوم بتقييم كل متعلم بمفرده.

وترى الباحثة أن استخدام أسلوب التعلم التنافسي المقارن قد ساهم في تحسين مستوى دافعية الانجاز لدي الناشئين مما كان له تأثير إيجابي على مستوى أدائهم حيث كلما ارتفع مستوى الانجاز كلما كان هناك أثر إيجابي في تعبئة طاقات الناشئين والعمل على بذل قصاري جهدهم للتعلم ومن ثم ارتفاع مستوى الأداء المهاري .

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كلاً من " وليام وارن William Wareen (١٩٩٣ م) (٢٣)، " روبرت سنجر Robert Singer (١٩٩٤ م) (٢١) أن دافعية الانجاز تؤثر على كلاً من التعلم ومستوي الأداء ، وأن استثارة الدافع لدي الفرد المتعلم لتحقيق مستوي عالي من الانجاز يمثل درجة عالية من الواجبات التعليمية بإعتبار أن الانجاز الرياضي يتطلب النواحي البدني والمهارية ، ثم يأتي دور الدافعية للحث على بذل المزيد من الجهد وذلك لتحقيق أفضل المستويات الرياضية .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من " علي مصطفى علي " (٢٠٢١م) (٨) ، " ظاهر مصطفى محمد " (٢٠١٩ م) (٧) والتي أكدت نتائجهم علي أهمية استخدام أسلوب التعلم التنافسي في العملية التعليمية لما له من تأثير مباشر وإيجابي في سهولة وسرعة تعليم المهارات الأساسية للمبتدئين في الرياضات الفردية والجماعية.

ومن خلال العرض السابق تكون الباحثة قد قامت بتحقيق صحة الفرض الثاني والذي ينص علي

" وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد لدي ناشئي رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.

الاستنتاجات والتوصيات :

أولاً: الاستنتاجات:

في حدود أهداف وفروض وإجراءات البحث وعرض ومناقشة النتائج توصلت الباحثة للآتي:

١. البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام التعلم التنافسي المقارن ساهم بطريقة إيجابية في تحسن مستوى دافعية الإنجاز لدى ناشئي رياضة الجودو .
٢. البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام التعلم التنافسي المقارن ساهم بطريقة إيجابية في تحسن مستوى أداء بعض مهارات الهجوم المضاد (أوسوتو جاري × هراي جوشي- كوشي جورما × أوجوشي - أوسوتو جاري × أوسوتو جاري) لدى ناشئي رياضة الجودو.

ثانياً: التوصيات :

في ضوء أهداف البحث واستنتاجاته توصي الباحثة بـ :

١. إستخدام البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام التعلم التنافسي المقارن في تعليم مهارات رياضة الجودو لما له من فاعلية في تحسين مستوى الأداء.
٢. الاهتمام بتطبيق الأساليب التعليمية التي تعطى دوراً إيجابياً للمتعلمين وتشيردافعيتهم للإنجا خلال العملية التعليمية مع التحديث والتطوير التربوي ومنها أسلوب التعلم التنافسي المقارن..

٣. إجراء المزيد من الدراسات العلمية في مجال أساليب التدريس للوصول إلى أفضل الأساليب التدريسية لتعليم مهارات رياضة الجودو.
٤. إجراء دراسات مماثلة في رياضات أخرى وعلى عينات مختلفة وعلى مهارات أخرى لم تشملها الدراسة الحالية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أسامة كامل راتب " (٢٠٠٧ م) : علم النفس الرياضي مفاهيم وتطبيقات ، ط٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٢- بثينة عبدالخالق إبراهيم (٢٠١٢م) : تأثير أسلوب التعلم التنافسي في التحصيل المعرفي والأداء المهاري والانجاز لفعالية رمي القرص ، بحث تجريبي ، مجلة الفتح ، العدد الخمسون ، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى .
- ٣- حامد سليمان (٢٠١٢م): علم النفس الرياضي ، ط١ ، دار العراب للدراسات والنشر والترجمة ، مشق ، سوريا .
- ٤- خلف محمد الدسوقي (٢٠٠٠م): أثر برنامج تدريبي للاعداد البدني الخاص علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية للرمي من أعلي والتثبيت الأرضي للناشئين في رياضة الجودو ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، بور سعيد .
- ٥- رضا مسعد السعيد، هويدا محمد الحسيني (٢٠٠٧م): استراتيجيات معاصرة في التدريس للموهوبين والمعوقين، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- ٦- سامية فرغلي منصور (٢٠٠٢م): التدريس والتدريب الميداني في التربية الرياضية، دار الحكمة، الإسكندرية.
- ٧- طاهر مصطفى محمد (٢٠١٩م): فاعلية استراتيجية (تنبأ- لاحظ - أشرح) المقترنة بأسلوب التعلم التنافسي في دافعية الإنجاز ومستوي الأداء المهاري لبعض مهارات الاسكواش لدى المبتدئين ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، المجلد (١٠) ، العدد (١٠) ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .

- ٨- علي مصطفى غلاب (٢٠٢١م): راسة مقارنة لتأثير استخدام أسلوبين للتعلم التنافسي (المقارن - الجماعي) علي دافعية الإنجاز ومستوي أداء الجملة الحركية في العروض الرياضية ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، المجلد (٥٤) ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- ٩- علي محمد مطاوع (٢٠٠م): سيكولوجية المنافسات، الجزء الأول، ط٢، دار المعارف، القاهرة.
- ١٠- فاطمة عوض صابر (٢٠٠٦م): طرق تدريس الألعاب الجماعية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية .
- ١١- محمد حسن علاوي (١٩٩٩م): مدخل في علم النفس الرياضي ، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٢- محمد حسن علاوي (١٩٩٨م): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٣- محمد حسن علاوي (١٩٩٤م): سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط٩ ، دار المعارف القاهرة .
- ١٤- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م): أختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٥- محمد صبحى حسانين (٢٠٠٣م): القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، ج١، ط٥، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٦- مراد إبراهيم طرفه (٢٠٠١ م) : الجودو بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ١٧- نيفين حسين محمود (٢٠١٤م) : فنون الجودو ، دار المنهل للطباعة ، الزقازيق .
- ١٨- وجيه محجوب ، أحمد البدرى (٢٠٠٢ م) : أصول التعلم الحركي ، دار الجامعة للطباعة والنشر ، الموصل.

ثانياً : المراجع الاجنبية :

- 19-Chauhan, S., (2012):** Cooperative learning versus competitive learning: Which is better? International Journal of Multidisciplinary Reseearch, 2 (1), p., 358- 364.
- 20-Mrian, V & Spivey, M (2003):** Competing activation in bilingual language processing with in and between – language competition Bilingualism, language and cognition6 (2) p97-115.
- 21-Robert N, Singer (1994):** The Paychomotor Domain Movement Behavior Lea, & Feigner, Philadelphia
- 22-Todd Layne (2014):** Competition within Physical Education: Using Sport Education and Other Recommendations to create a productive, Competitive Environment, A Journal for Physical and SportEducators, 27:6, 3-7, DOI: 10.1080/08924562.2014.960124, London.
- 23-William E.Warren (1993):** Coaching and Motivation Aprectiaxl Guide to Maximum Athletic per for menace, New jersey Prentice Hall, INC.