

بررسی خودپنداره ورزشی و خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران نخبه حاضر در اردوی تیم ملی بازی‌های آسیایی قطر و ارتباط بین آنها

دکتر نصراله جوادیان صراف (استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد)
رضا شجیع (دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی دانشگاه فردوسی مشهد)

هدف از انجام این پژوهش، بررسی خودپنداره ورزشی و خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران نخبه (آزاد و فرنگی) حاضر در اردوی تیم ملی بازی‌های آسیایی قطر و ارتباط بین آنها بود.

به همین منظور تعداد ۴۰ کشتی‌گیر (۲۷ آزادکار و ۱۳ فرنگی‌کار)، شرکت‌کننده در اردوی تیم ملی بازی‌های آسیایی دوحه قطر به عنوان نمونه پژوهش منظور شدند. جهت بررسی خودپنداره ورزشی کشتی‌گیران نخبه از پرسشنامه استاندارد شده خودتوصیفی ورزشکاران نخبه (EASDQ) ساخته شده توسط مارش (۲۰۰۰) مشتمل بر ۶ خرده مقیاس و جهت بررسی خودکارآمدی تمرینی آزمودنی‌ها از پرسشنامه خودکارآمدی تمرینی ساخته شده توسط باندورا (۱۹۹۷) استفاده شد. روایی محتوایی ابزارهای مذکور توسط متخصصین و ثبات درونی سئوالات نیز در یک مطالعه مقدماتی با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۳ و ۰/۷۹ تعیین گردید. داده‌های بدست آمده در این تحقیق، در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی (آزمون همبستگی اسپیرمن و یو مان ویتنی) به کمک نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج تحقیق نشان داد: میانگین خودپنداره کشتی‌گیران نخبه ۱۲۷/۹۵ بوده که در حد بالا ارزیابی می‌شود. میانگین مربوط به هر یک از خرده‌مقیاس‌های خودپنداره کشتی‌گیران نخبه، مهارت (۱۸/۹۷)، بدن (۱۵/۲۰)، قابلیت‌های هوازی (۱۴/۷۲)، قابلیت‌های غیرهوازی (۱۸/۵۲)، قابلیت‌های روانی (۲۰/۳۷) و عملکرد (۲۲/۳۷) بدست آمد. میانگین خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران نخبه ۶۵/۶۶ و در حد متوسط ارزیابی می‌شود. بین خودپنداره کشتی‌گیران نخبه با خودکارآمدی تمرینی آنان رابطه معنی‌دار وجود داشت ($p < 0/05$). بین خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران و خرده‌مقیاس قابلیت هوازی خودپنداره ورزشی رابطه معنی‌داری وجود داشت ($p < 0/05$). خودپنداره ورزشی و خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران نخبه در سطوح مختلف سابقه قهرمانی تفاوتی نداشتند ($p > 0/05$). بین خودپنداره ورزشی، خرده مقیاس‌های آن و خودکارآمدی تمرینی در کشتی‌گیران فرنگی‌کار و آزادکار تفاوتی مشاهده نشد ($p > 0/05$). بر پایه نتایج تحقیق، کشتی‌گیران نخبه دارای توانایی ادراک شده قابل توجهی برای اجرای اوج عملکرد در طی تمرین و رقابت هستند. این در حالی است که خودکارآمدی تمرینی آنان در حد متوسطی ارزیابی می‌شود. بر همین اساس، افزایش خودکارآمدی تمرینی کشتی‌گیران نخبه که دارای خودپنداره بالایی نیز هستند می‌تواند نتایج بهتری را برای آنان به ارمغان آورد.

واژه‌های کلیدی: خودپنداره ورزشی، خودکارآمدی تمرینی، کشتی‌گیران نخبه.

Relationship between Athletic Self-Concept and Exercise Self-Efficacy of Elite Wrestlers in the Camp of National Team of Qatar Asian Games

Javadian Sarraf, N. (Ph.D) (Ferdowsi university)

Shajie, R. (M.S) (Ferdowsi university)

The purpose of this study was to explore the relationship between athletic self-concept and exercise self-efficacy of elite wrestlers (freestyle and Greco-Roman) in the camp of national team of Qatar Asian games. For this reason, 40 wrestlers that were been present in the camp of national team of Qatar Asian games, selected as elite individuals. In order to study of athletic self-concept and exercise self-efficacy of elite wrestlers are used from Elite Athlete Self Description Questionnaire (EASDQ) that is made by marsh and Exercise Self-Efficacy Questionnaire that is made by Bandura, respectively. Content validity of these tools is appointed by experts and internal consistency of questions in a pilot study was 0.93 and 0.79, respectively. Data are analyzed in two levels of descriptive and inferential statistics. The results showed that self-concept mean of elite wrestlers were 127.95 that evaluate in high extent. Self-concept subscales means of elite wrestlers were: skill (18.97), body (15.20), aerobic (14.72), anaerobic (18.52), mental (20.37) and performance (22.37). Exercise self-efficacy mean of elite wrestlers was 65.66 that evaluate in middle extent. There was a significant correlation between self-concept and exercise self-efficacy of elite wrestlers ($P<0.05$). Relationship between exercise self-efficacy and aerobic subscale of athletic self-concept was significant ($P<0.05$). There was no difference between athletic self-concept and exercise self-efficacy of wrestlers in terms of years of championship ($P>0.05$). According to results of study, elite wrestlers have enough perceived ability for performing in apex during exercise and competition. But their exercise self-efficacy assesses in the middle level. Based on these results, increase in exercise self-efficacy of elite wrestlers that have high self-concept, can gain them better result.

Keywords: Athletic Self-Concept, Exercise Self-Efficacy, Elite Wrestlers.