

المقاربة الوصفية لدوافع الممارسة الرياضية وأسباب العزوف الرياضي

The descriptive approach to the motives of sports practice and the causes of sports reluctance

بقار مونية، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر.

Beggar.mounira@univ-alger3.dz

ملخص:	معلومات المقال
<p>هدفت هذه الدراسة النظرية إلى إعطاء مقاربة وصفية لدوافع الممارسة الرياضية مع تحديد أسباب العزوف الرياضي، وعليه تم التطرق في البداية إلى التعريف بالدافعية وذكر بعض أنواعها في المجال الرياضي، ثم ذكرت بعض الدراسات الوصفية الأجنبية والجزائرية والتي تناولت دوافع الممارسة الرياضية وأسباب العزوف الرياضي بتطبيقها لدراسات على عينات مختلفة المواصفات من حيث التخصص، السن، الجنس والمستوى (التنافسي والترويحي)، وقد توصلنا في نهاية دراستنا إلى أن الدافعية هي سبب أو محرك سلوك الرياضي، والتي تؤدي إلى القيام بنشاطات مختلفة الأهداف مثل العزوف أو الاستمرارية في ممارسة الرياضة، لكن الطبيعة الوصفية لهذه الدراسات والأسباب السطحية المذكورة لا تسمح بالتعمق في الظاهرة المدروسة ونوع الدافع الذي يؤدي إلى حدوثها، فاللجوء إلى تفسير سلوك الرياضيين بين العزوف والإصرار على المواصلة باستخدام نماذج نظرية أصبح أمرا ضروريا .</p>	<p>تاريخ الارسال: 2021/06/24</p> <p>تاريخ القبول: 2021/11/12</p> <p>الكلمات المفتاحية:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ الدافعية ✓ الممارسة الرياضية ✓ العزوف الرياضي
Abstract :	Article info
<p><i>This theoretical study aimed to give a descriptive approach to the motives of sports practice while identifying the causes of sports reluctance. Samples of different specifications in terms of specialization, age, gender and level (competitive and recreational), and we concluded at the end of our study that motivation is the cause or driver of the athlete's behavior, which leads to doing activities with different goals such as reluctance or continuity in exercising, but the descriptive nature of this The studies and the superficial reasons mentioned do not allow to delve into the studied phenomenon and the type of motivation that leads to its occurrence. Resorting to the interpretation of the athletes' behavior between reluctance and insistence on continuing using theoretical models has become a necessity.</i></p>	<p>Received 24/06/2021</p> <p>Accepted 12/11/2021</p> <p>Keywords:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Motivation ✓ sports practice ✓ Athletic abstinence

*المؤلف المرسل

شهد ميدان النشاطات البدنية والرياضية في السنوات الأخيرة ارتفاعا كبيرا في عدد الممارسين، إذ أصبحت نسبة كبيرة من المجتمعات تمارس النشاط الرياضي بحالة دائمة ومستمرة بدون انقطاع لما لها من أهمية كبرى على صحة وحياة الفرد. فالإنسان بطبعه يبحث عن توازنه وثقته بنفسه من خلال الوصول إلى أفضل قدر ممكن من اللياقة البدنية والراحة النفسية لكي يتمكن من مقاومة صعوبات الحياة الصحية منها والعملية.

واتساع القاعدة الرياضية للمجتمع هي الأساس للوصول إلى المستوى العالي في الرياضة، فحسب ما ذكره (كمال جميل الرضي، 2001، ص6) أن "الرياضة تعطي إمكانية لتوسيع القاعدة العامة للرياضيين والتي يمكن اختيار مجموعة من الموهوبين والوصول بهم إلى مستوى متقدم بأشكال مختلفة من الرياضة وهذا الأمر يؤدي إلى تسهيل عملية التطوير والبناء".

ورغم هذا التزايد في عدد الممارسين ظهر سلوك سلبي لدى فئة معينة من الرياضيين وفي جميع التخصصات والمستويات، مما دفننا إلى البحث في الأسباب، وذلك بعد إجراء دراسة استطلاعية على مستوى الفيدراليات الرياضية الجزائرية أكد المسئولون وجود ظاهرة العزوف عن الممارسة الرياضية في مختلف مراحل السن وفي العديد من الرياضات (كالسباحة، الجودو، ألعاب القوى وكذلك في الرياضات الجماعية) وفي مختلف المستويات (الرياضة الترفيهية، الرياضة التنافسية ورياضة مستوى العالي)، ورغم محاولتنا لتتبع الظاهرة بالأرقام الإحصائية الخاصة بالعزوف الرياضي حسب المراحل السنية للجنسين، بقيت النتائج غير معروفة نظرا لعدم وجود خلية متابعة لهذه الظاهرة على مستوى الفيدراليات والرابطات الرياضية.

وباعتبار الدافع حالة توتر جسمي و نفسي تثير السلوك في ظروف معينة و تتواصل حتى يستعيد الفرد توازنه عند إرضاء حاجاته، إذ يعرف (قاسم حسن حسين، 1990 ص115) الدافعية على أنها حالة جسمية أو نفسية تثير السلوك في ظروف معينة ويواصله حتى ينتهي إلى غاية معينة.

ودراسة الدافعية هو تحليل لشدة و اتجاه السلوك، نقصد بشدة السلوك هي القوة المميزة لهذا السلوك، فهي تتأثر بالحاجات الخاصة بجسم الإنسان وكذلك الحاجات المكتسبة من خلال تفاعله مع البيئة، أما بالنسبة لاتجاه السلوك فهي العمليات والبنية التي تربط هذه الحاجات بسلوك الإنسان.

فإذا كان الرياضي حسب فالراند (vallerand 1996) نقلا عن (فاينيك weineck، 2001، ص17) يمارس النشاط الرياضي من أجل تحسين أدائه والارتقاء إلى أعلى مستويات الممارسة الرياضية، ويظهر ذلك من خلال التدريبات الشاقة التي يخضع لها باستمرار لشهور وسنوات، فيجد نفسه دائما أمام تحديات صعبة خلال حياته الرياضية، بالإضافة إلى الإصابات التي يمكن أن يتعرض لها نتيجة للحمل الشديد. إضافة إلى هذه العوامل، يجب أن يتمتع الرياضي بقدرات ذهنية عالية لأن الصفات البدنية والمهارية وحدها غير كافية للاستجابة للمتطلبات التي تفرضها الممارسة الرياضية على المستوى العالي.

مما جعلنا نطرح التساؤل التالي والمتمثل في:

ما هي دوافع الممارسة الرياضية التي يتميز بها الرياضيون عامة والأسباب التي تؤدي بهم إلى العزوف الرياضي؟

وسنحاول الوصول إلى تفسير لهذه الظاهرة من دراسنا النظرية والتي سنعمد خلالها على المؤلفات والدراسات الوصفية التي

تطرت إلى موضوع دوافع الممارسة الرياضية وأسباب العزوف الرياضي.

1. فرضية البحث:

يتميز الرياضيون بدوافع داخلية وخارجية تجعلهم يمارسون النشاط البدني الرياضي ومن بين الأسباب التي تؤدي بهم إلى العزوف

الرياضي هو عدم قدرتهم على التوافق بين الرياضة والدراسة أو العمل وكذلك الصراع مع المدرب.

2. أهداف البحث:

يهدف موضوع البحث إلى إعطاء مقارنة وصفية لدوافع الممارسة الرياضية مع تحديد أسباب العزوف الرياضي.

3. أهمية البحث:

تم اختيار موضوع الدراسة لما له من أهمية في تسهيل العملية الإرشادية والتكوينية للرياضيين وذلك من خلال دفعهم على

الاستمرارية في الممارسة الرياضية دون الانقطاع عنها والالتزام بحضور الحصص التدريبية ومواصلة المشوار الرياضي وتحقيق أحسن النتائج

وذلك بتحديد دوافع الممارسة الرياضية وتشخيص أسباب العزوف الرياضي.

4. المفاهيم المرتبطة بالبحث:

1.4 مفهوم الدافعية:

ويقصد بالدافعية حسب (صديقي نور الدين، 2004، ص27) على أنها استعداد الفرد لبذل جهد من أجل تحقيق هدف

معين، ويعرفها (فالكاران Valklarant، تھيل Thill، 1993، ص3) بالعملية الفسيولوجية النفسية المسؤولة عن إثارة واستمرار

سلوك ما، فهي عملية تعبر من الناحية العصبية عن مستوى النشاط واليقظة عند الفرد.

ويضيف (قاسم حسن حسين، 1990، ص115) بتعريفها على أنها حالة جسمية أو نفسية تثير السلوك في ظروف معينة

ويواصله حتى إلى غاية معينة.

ويعرفها (محمد حسن العلاوي، 1975، ص115) بالحالات والقوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين.

ومن هذا التعريف نستنتج أن الحالات والقوى الدافعة ما هي إلا حالات عدم التوازن وتوتر داخلي تحرك الفرد وتوجهه للبحث عن

التوازن والاستقرار النفسي وهذا لتحقيق الهدف المسطر.

ومن التعريفات السابقة، نعتبر الدافعية طاقة محركة كامنة هدفها تمكين الفرد من اختيار أهداف معينة والعمل على تحقيقها، وهي ناتجة عن الحاجات النفسية والسيولوجية لبقاء الفرد.

2.4. مفهوم الممارسة الرياضية:

يوجد اختلاف بين التدريب الرياضي العلمي الحديث والممارسة الرياضية من حيث الهدف من الممارسة وكذلك في نوعية التدريب فحسب (مفتي إبراهيم حماد، 2001، ص21) الفارق بين التدريب الرياضي العلمي الحديث والأنشطة التي تمارس تحت مسمى "الممارسة الرياضية" والتي تستخدم الأسس العلمية للتدريب الرياضي، حيث تعتمد تلك الأنشطة على تنفيذ وحدات تدريبية مرتجلة عفوية غير نابعة من مخطط تدريبي علمي، والتي غالباً ما يكون التقدم في مستويات اللاعبين الذين ينفذونها راجعاً إلى عوامل النضج والتطور الجسمي والوظيفي أكثر منه إلى تأثير الأنشطة المنفذة خلالها.

3.4. مفهوم العزوف الرياضي:

حسب (قادوس وآخرون، 1993، ص10) عزوف في اللغة (عزفت) نفسه عن الشيء زهدت فيه وانصرفت عنه. والعزوف الرياضي هو الانصراف والانقطاع عن مواولة النشاط كلياً وهو ما يسمى بالعزوف الكلي، أو الاستمرارية في الممارسة ولكن بتغيير النشاط وهو ما يسمى بالعزوف الجزئي.

5. أنواع الدافعية في المجال الرياضي:

1.5. الدافعية الداخلية والخارجية:

اختلف العلماء في تقسيم الدوافع كما اختلفت الأعداد باختلاف العلماء، فمنهم من اقتصر على دافع واحد والبعض الآخر على أكثر من دافع، ومن بين بعض المحاولات في تقسيم الدوافع في المجال الرياضي حسب بعض الباحثين "عزيز سمارة، عصام عمرو وهشام حسن" نقلاً عن (العلاوي.م.ح، 1992، ص205):

1.1.5. الدافعية الداخلية:

هي التي تحفز الرياضي داخلياً للتعلم، ومن مصادرها:

(أ) – الإنجاز: باعتباره دافعا فاعن إنجاز الرياضي وإتقانه لمهارته بشكل لديه دافعا يدفعه ذلك للاستمرار في نشاطه التدريبي فالرياضي الذي ينجح في أداء مهمته يدفعه ذلك إلى متابعة التفوق والنجاح في مهمات أخرى.

(ب) – القدرة: اعتبارها دافعا، إذ يشعر الرياضي أثناء قيامه بسلوك ما أنه نجح تزداد ثقته بقدراته وذاته وتنفعه هذه الثقة وتحفزه لممارسة نشاطات جديدة أي بذل جهود جديدة لتحقيق تعلم جديد.

2.1.5. الدافعية الخارجية:

تحدث الدافعية الخارجية عندما تكون النشاطات موجهة نحو موضوعات خارجية لخبرة المتعلم (الرياضي) كالمكافآت المالية وأساليب التعزيز الأخرى الخارجية كالثواب وما يشابهه.

فتعد دوافع الأداء الرياضي الداخلية والخارجية بمثابة دوافع اجتماعية مكتسبة من المجتمع، حيث يمكن تعلمها واكتسابها.

تؤكد الكثير من الدراسات المخبرية المتصلة بالسياق الدافعي الثنائي "الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية" أنها غير كافية لتفسير التنوع في السلوك الملاحظ يوميا حيث تقوم ببعض السلوك برضا ومتعة ولكن تقوم بسلوك آخر ليس فيه أي رضا ومتعة بل لأننا مجبرين أو بكل بساطة مكرهين، وعليه فبعيدا عن الدراسات المخبرية فالميدان يفتح لنا آفاق متعددة الأبعاد للدافعية لتحقيق تقدم مفاهيمي (Vallerand, Robert.J, 1994، ص 35).

وحسب (العلاوي.م.ح، 1992، ص 207) أنه من بين أهم الدوافع العامة التي تدفع الإنسان لممارسة النشاط البدني الرياضي حسب التقسيمين السابقين هي:

- الخبرات السارة نتيجة اكتساب الرياضي اللياقة البدنية كالقوة العضلية، السرعة والتحمل؛
- الخبرات السارة نتيجة إتقان الفرد الرياضي للمهارات الحركية التي تتطلب مزيد من الرشاقة، المرونة وخاصة لدى الإناث؛
- الاستمتاع بالنتائج الإيجابية للمنافسة الرياضية من خلال تسجيل الأرقام القياسية والفوز بالبطولات والتي تسهم في إشباع دوافع التفوق والإنجاز؛
- الشعور بالسرور نتيجة النجاح في التغلب على بعض التمرينات الرياضية وخاصة التي تتميز بالصعوبة أو تتطلب الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة، وهذا النجاح يولد مزيد من النجاح؛
- الخبرات السارة نتيجة إشباع الرياضي لحاجته للانتماء لجماعة معينة -نادي معين- وحاجته إلى الاعتراف والشهرة، وإثبات الذات، حيث يسعى لأن يكون عضوا فعالا في الجماعة، وان يظهر نفسه كنموذج يقتدي به وأن يتحمل مسؤولية رفع علم وطنه عاليا في المنافسات والبطولات.

2.5. الدوافع المباشرة والدوافع الغير مباشرة:

في سنة 1992م، أشار محمد حسن العلاوي، إلى أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد فغالبا ما يكون سلوك الفرد نتيجة عدة دوافع متداخلة ومتعددة، وهكذا فان الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعدد نظرا لتعدد أنواع النشاط الرياضي ولتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.

وتبعاً لذلك تنقسم الدوافع التي تعمل على توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي إلى دوافع مباشرة وأخرى غير مباشرة

حسب تقسيم روديك Rudic نقلا عن (العلاوي، 1992، ص 161):

1.2.5. الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي:

تتلخص أهم الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي فيما يلي:

- . الإحساس بالرضا كنتيجة للنشاط الرياضي؛
- . تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز؛
- . المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال مهارة الحركات الذاتية للفرد؛
- . الشعور بالارتياح كنتيجة للتدريبات الصعبة، والتي تتطلب شجاعة وجرأة وقوة وإرادة؛
- . الاشتراك في المنافسات الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما ترتبط بها من خبرات انفعالية متعددة؛
- . تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز...

2.2.5. الدوافع الغير مباشرة للنشاط الرياضي:

من أهم الدوافع الغير المباشرة للنشاط الرياضي ما يلي:

- . محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي؛
- . ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج؛
- . الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي؛
- . الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة ويسعى للانتماء إلى الجماعة معينة وتمثيلها رياضيا.

6. المقاربة الوصفية لدوافع الممارسة الرياضية:

1.6. دراسات وصفية لدوافع الممارسة الرياضية:

1.1.6. دراسة ألدلمان Alderman (1978)، و وود Wood (1976)

قام كل من ألدلمان Alderman (1978)، و وود Wood (1976) بدراسة دوافع ممارسة الرياضة لدى لاعبي الهوكي (Hocky) يتراوح أعمارهم ما بين 11 و 14 سنة، حيث أجريت الدراسة على 425 لاعب، أسفرت نتائج هذه الدراسة أن أسباب ممارسة هذه الرياضة راجع إلى حب إقامة علاقات اجتماعية من أجل الإحساس بالانتماء إلى جماعة، الرغبة في النشاط، الممارسة من أجل النجاح والامتياز وكذلك البحث حول الانفعالات. كل هذه الدوافع تعتبر محددات للانتماء الرياضي (Engagement Sportif).

2.1.6. دراسة سناب Snapp ، هوبنستريكر Haubenstriker (1978)

أجريت دراسة من طرف (Snapp ، Haubenstriker، 1978، ص47) أجريت على 1050 رياضي، يتراوح أعمارهم ما بين 11 و 18 سنة يمارسون مختلف النشاطات الرياضية.

3.1.6. دراسة قولد Gould، فيلتز Feltz ، ويس Weiss(1985)

أجريت دراسة كل من (قولد Gould، فيلتز Feltz ، ويس Weiss، 1985، ص61) على 365 سباح على المستوى التنافسي يتراوح أعمارهم ما بين 8 و 19 سنة.

4.1.6. دراسة ويس Weiss، كلينت Klint 1986.(1986)

أجرى كل من (Weiss، Klint، 1986، ص106) دراسة مقارنة بين أسباب العزوف الرياضي ودوافع الممارسة الرياضية لمجموعة من جمبازيين يتراوح أعمارهم ما بين 7 إلى 25 سنة.

نتائج كل هذه الدراسات تتوافق مع نتائج الدراسة التي قام بها غيل Gill ، غروس Gross ، هودليستون Huddleston (1983) على الالتزام الرياضي لدى 1338 شبان يتراوح أعمارهم ما بين 9 و 18 سنة يمارسون نشاطات رياضية مختلفة حيث قام بإخراج ثمانية (08) عوامل التي تفسر دافعية الأفراد على ممارسة الرياضة والمتمثلة في:

الرغبة في النجاح، الرغبة في الانتماء إلى فريق، اكتساب لياقة بدنية، استهلاك طاقة، تطوير الكفاءات وكذلك للترويح والمرح.

5.1.6. دراسة محمد حسن العلاوي (2007)

أجريت نفس الدراسات التي تبحث حول دوافع الممارسة الرياضية في بلدان أخرى و لاسيما في مصر حيث قام (محمد حسن العلاوي، 2007، ص230) بدراسة على عينات كبيرة من ممارسي مختلف النشاطات الرياضية وخاصة منها الرياضة التنافسية و انحصرت دوافع الممارسة الرياضية على ما يلي:

- اكتساب الشخصية، التمثيل الدولي، تحسين المستوى، تحقيق الفوز، التشجيع الخارجي و اكتساب جوانب اجتماعية.

2.6. دراسات وصفية لدوافع الممارسة الرياضية الترويحية:

أما بالنسبة للرياضة الترويحية، فانحصرت دوافع ممارستها في العوامل التالية:

- اكتساب الصحة، اللياقة البدنية، الرغبة في المرح و قضاء أوقات ممتعة، الترويح عن النفس، انخفاض وزن الجسم وكذلك اكتساب جوانب اجتماعية، بالإضافة إلى النتائج التي توصل إليها (محمد حسن العلاوي، 2007، ص230) والتي نعتبرها مشابهة نوعا ما إلى نتائج الدراسات الانغلو سكسونية (Anglo-saxon) التي رأيناها سابقا، فهو

3.6. دراسات وصفية لدوافع الممارسة الرياضية في الجزائر:

في الجزائر، قامت Kerzabi.M (1996) بدراسة ضمن متطلبات شهادة الدكتوراه بعنوان الأبطال في الرياضة الجزائرية باللغة الفرنسية من أجل معرفة دوافع الممارسة الرياضية لدى الفتيات الرياضيات ذات المستوى التنافسي حيث بينت نتائج هذه الدراسة أن هذه الفئة الرياضية تمارس الرياضة بدافع التحدي لثقافة المجتمع و من أجل القيمة الكبيرة التي تحس بها، كما أنها تتميز بحب الذات (تقدير الذات) وتعتبر هذه الفئة الرياضية أن الأقلية هي التي تحدث تغييرا في المجتمع.

4.6. العوامل المرتبطة بدوافع الممارسة الرياضية:

وانطلاقا من الدراسات المتعلقة بدوافع الممارسة الرياضية على مستويات مختلفة لكل من Suin (1991)، محمد حسن العلاوي (1991)، Roberts (1991) نقلا عن (محمد حسن العلاوي، 2007، ص 230) تم تحديد العديد من العوامل المرتبطة بدوافع الممارسة الرياضية نذكر على سبيل المثال:

- اللياقة البدنية والصحية:

- . اكتساب صفات بدنية،
- . تقوية الوظائف الحيوية للجسم،
- . الشعور بالسعادة البدنية.

- التفوق الذاتي:

- . الشعور بفاعلية الذات،
- . الشعور بكفاءة الذات والثقة بالنفس،
- . تحقيق تحكم العقل،
- . الشعور بالقدرة على التحكم في حركات الجسم والتفوق في الأداء الحركي.

- الصداقة والمزاملة الشخصية:

- . مع زملاء الفريق،
- . مقابلة منافسين في المباريات،
- . التعرف على المشهورين،
- . تكوين علاقات اجتماعية و صداقات.

- المكاسب المادية:

- . جوائز رياضية،
- . ميداليات التفوق،

. السفر و زيارة البلدان.

- النجاح والانجاز:

. تحقيق نجاحات في المنافسات،

. تحقيق أهداف رياضية شخصية،

. تحقيق بطولات و انتصارات معينة.

- المنافسة:

. المنافسة ضد الوقت (كما في منافسة العدو بصفة عامة)،

. المنافسة مع الزملاء،

. المنافسة ضد فريق آخر،

. الفوز و متعة المنافسة.

- الميل الرياضي:

. تشجيع الأولياء على الممارسة،

. الميل نحو نشاط رياضي معين،

. ممارسة الرياضة منذ الصغر.

- التفريغ الانفعالي:

. الإحساس بالهدوء والراحة النفسية،

. الشعور بالانتعاش،

. الإحساس بتفريغ الانفعالات.

- الخوف من الفشل:

. تقييم الآخرين للأداء،

. النقد الذاتي،

. نقد الآخرين.

- الاعتراف:

. من الزملاء،

. من الجماهير،

. من أشخاص معينين،

. من المدرب.

- المكانة:

- . نظرة الآخرين على أنك أكثر أهمية،
- . تقييم الآخرين لك في مستوى أفضل،
- . معاملة الآخرين لك أكثر احتراماً،
- . الشعور بمدى أهميتك.

- الوعي الذاتي:

- . المزيد من الشعور بالثقة في النفس،
- . المزيد من الشعور بفاعلية الذات.

- اشتراطات المتفرجين

- . المنافسة أمام مشجعين مهتمين.

7. المقاربة الوصفية لأسباب العزوف الرياضي

1.7. دراسة Orlik (1973)، (1974):

أقيمت عدة دراسات وصفية خاصة بالعزوف الرياضي في السبعينات (70) والثمانينات (80) نقلا عن (إيزري، س، م، 2013، ص36)، وأول من اهتم بأسباب العزوف الرياضي لدى ممارسي مختلف الرياضات كان أرتليك Orlik (1973) حيث أجرى دراسة على عينة عددها 32 إناث و ذكور، يتراوح أعمارهم من 8 إلى 9 سنوات، كما أجرى Orlik دراسة مشابهة سنة (1974) على عينة عددها 60 إناث و ذكور، يتراوح أعمارهم ما بين 7 و 19 سنة، حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة أن أغلبية الشباب يذكرون عدة أسباب التي تفسر انقطاعهم عن الممارسة الرياضية سواء في كرة القدم، السباحة، العدو، الهوكي على الجليد، وغيرها.

ومن أهم الأسباب المذكورة خلال هذه الدراسة:

- ضغوطات كبيرة ناتجة عن المنافسة، الميل إلى نشاطات أخرى، وجود صراعات مع المدرب، فالأطفال الأقل من 10 سنوات يشكون غالبا من عدم وجود فرص للعب و نقص النجاحات في المنافسات، أما بالنسبة للفئة أكبر سنا فبعضهم يذكرون ميولهم لنشاطات أخرى والبعض الآخر مضطربين للتوجه إلى الحياة المهنية نقلا عن (إيزري، س، م، 2013، ص36).

2.7. دراسة سناب Snap و هابنستريكر Habenstriker (1978):

بينت دراسات أخرى أن الأطفال والمراهقين بصفة عامة يذكرون تقريبا نفس الأسباب التي ذكرت في دراسات اورليك Orlick كما هو الحال بالنسبة للدراسة التي قام بها كل من Snap و Habenstriker (1978)، حيث كان عدد العينة الأولى 1183 ممارسين رياضات مختلفة (ذكور وإناث)، أما العينة الثانية فكان عددها 418 رياضيين و رياضيات (ذكور وإناث)، أظهرت نتائج هذه

الدراسات أن الأسباب التي تؤدي إلى العزوف عن الممارسة الرياضية مختلفة و أهمها: ميول إلى نشاطات أخرى، عدم الشعور بالمتعة، صراع مع المدرب، ضغوطات ناتجة عن المنافسة... الخ.

3.7. دراسة ماك فيرسون Mac Pherson، مارتنوك Martenuk، تيهانيي Tihanyi و كلارك Clark (1980):

في السباحة، قام مجموعة من الباحثين في أستراليا مثل Mac Pherson، مارتنوك Martenuk، تيهانيي Tihanyi و كلارك Clark (1980) بدراسة أسباب عزوف السباحين عن الممارسة، أجريت هذه الدراسة على عينة عددها 1880 تتكون من ذكور و إناث و من بين الأسباب المتوصل إليها خلال الدراسة نجد:

- ضغوطات ناتجة عن المنافسة ،

- نقص في التدريبات،

- صراعات مع المدرب،

- عدم الشعور بالمتعة.

4.7. دراسة بقار مونية، (2009):

قمنا نحن بدورنا سنة 2009 بدراسة الدافعية عند السباحين الجزائريين لفئة المراهقين (14-19 سنة) وكان الهدف من الدراسة هو معرفة نوع الدوافع التي تؤثر في سلوك السباح الجزائري المراهق للتنبؤ بسلوكه وذلك من خلال إصراره على مواصلة السباحة أو العزوف من الممارسة، وقد أسفرت النتائج أن السباح المراهق الجزائري يتميز بالدافعية الداخلية للإثارة أي ممارسة السباحة برغبة فقط وبدون هدف ظاهر وبجميع أنواع الدافعية الداخلية الخارجية ل vallerand (1997).

5.7. دراسة أوبين Aubin (1986) ولوكرين Le Cren (1991):

في رياضة الجودو، بادرت الفيدرالية الفرنسية للجودو مع الباحث أوبين Aubin (1986) في البحث حول أسباب عزوف المصارعين عن الممارسة ، يتراوح أعمارهم ما بين 7 إلى 31 سنة، قام لوكرين Le Cren (1991) بنفس الدراسة مع ممارسي رياضة الجودو، أظهرت نتائج هذه الدراسات أن المصارعين يتخلون عن الممارسة لعدة أسباب و من بينها:

- عدم التوافق بين الرياضة والدراسة أو العمل،

- الشعور بالملل،

- الشعور بعدم التحسن في مستوى الأداء،

- عدم توفر وقت للراحة، الميل إلى رياضة أخرى،

- عدم وجود منافسات ،

- مكان التدريبات بعيد،

- ضغوطات ناتجة عن المنافسة.

بالإضافة إلى الدراسات المذكورة سابقا والتي سمحت بالتعرف على أسباب العزوف الرياضي بصفة عامة، هناك دراسات أخرى التي اهتمت بعامل الجنس والسن، حيث أظهرت نتائجها أن الفتيات الرياضيات تتخلين عن الممارسة الرياضية بسبب الضغوطات الناتجة عن المنافسات أكثر ما هو عليه لدى الذكور.

6.7. دراسة أورليك Orlick، (1974)

بالنسبة لعامل السن، تبين دراسة (أورليك Orlick، 1974، ص21) نتائجها أن ذوي 9 و 10 سنوات ينقطعون عن الرياضة بسبب الشعور بعدم الكفاءة والشعور بالملل بينما الأطفال أكبر سنا أي أكثر من 10 سنوات يتخلون عنها بسبب ميولهم إلى نشاطات أخرى.

7.7. دراسة إيزري سوانلدة مكبوسه، (2004):

وقامت الباحثة إيزري سوانلدة مكبوسه، (2004) بدراسة علاقة السن بظاهرة العزوف الرياضي في إطار تحضير رسالة الماجستير، حيث لاحظنا من خلال النتائج التي توصلنا إليها أن الفتيات اللواتي يتراوح عمرهن ما بين 10 و 20 سنة تتخلين عن الممارسة الرياضية بسبب عدم قدرتهن على التوافق بين الرياضة والدراسة أو العمل وكذلك بسبب صراع مع المدرب.

8.7. دراسة بتليشكوف Petlichkoff (1982)

قامت (بتليشكوف Petlichkoff، 1982، ص105) هي الأخرى بدراسة أسباب العزوف الرياضي مع أخذ بعين الاعتبار العامل الاجتماعي لدى الشباب، فكانت الأسباب المذكورة في هذه الدراسة هي كما يلي: نقص العمل الجماعي، نقص اللقاءات مع الأصدقاء و نقص الشعور بالانتماء إلى الجماعة أكثر ما هو عليه لدى المراهقين.

رغم أن معظم هذه الدراسات لم تأخذ بعين الاعتبار عامل السن والجنس من أجل الوصول إلى أكبر عدد ممكن من الممارسين للحصول على عينات كبيرة لكن سمحت بالتعرف على الأسباب التي تؤدي إلى العزوف الرياضي من أجل فهم أكثر لهذه الظاهرة.

8. أسباب العزوف الرياضي:

قام (قولد Gould، 1982، ص155) بترتيب الأسباب الشائعة للعزوف الرياضي حسب أهميتها لدى الرياضيين نقلا عن (إيزري، س، م، 2013، ص44):

1. كنت مشغول بأعمال أخرى؛
2. لم أكن قوي كما كنت اعتقد؛
3. الرياضة ليست مرحية؛
4. الميول إلى رياضة أخرى،
5. لم أتحمل الضغوطات؛
6. الشعور بالملل؛
7. لم أكن أحب المدرب؛
8. كانت التدريبات شاقة؛
9. لم تكن التدريبات مثيرة؛
10. لا وجود للعمل الجماعي؛
11. لا أحب أن أكون في فريق؛
12. لم أتحسن في النتائج؛
13. لم أكن في لياقة جيدة؛
14. لم أكن أحب

15. لم تكن روح الفريق كافية؛ 16. لم أكن أفوز؛ 17. لم أكن أحب البقاء مع الأصدقاء؛ 18. لم أشعر بأي مفيد؛
 19. لم يهتمون بي؛ 20. لم ألتقي بأصدقاء جدد؛ 21. لم أكن ألتقى جوائز كافية؛ 22. كنت مصاب؛ 23. لم أكن أتعلم مهارات
 جديدة؛ 24. لم يعد أصدقائي يمارسون الرياضة؛ 25. لم أكن أشارك في المنافسات بكفاية؛ 26. لم تكن اللقاءات الرياضية كافية؛
 27. لم أكن مشهورا كثيرا؛ 28. لم أكن أتمتع بالأدوات الرياضية كما ينبغي؛ 29. عدم موافقة الأولياء على ممارستي للرياضة؛
 30. لم أكن أتقل بكفاية؛ 31. كنت كبير في السن؛ 32. لم أكن أحب الجوائز.

وقد توصلنا من خلال مختلف الدراسات المتعلقة بأسباب العزوف الرياضي أن الرياضيين الذين انقطعوا عن ممارسة الرياضة يذكرون
 مرارا الأسباب التالية:

- كنت مشغول بأعمال أخرى، لم أكن قوي في الرياضة التي كنت أمارسها، لم أكن أحب المدرب، كانت التدريبات شاقة، كما أظهرت
 الدراسات أن الفتيات تنقطع عن الممارسة الرياضية أكثر ما هو عليه لدى الذكور.

9. الخاتمة:

يهدف موضوع هذا البحث إلى إعطاء مقارنة وصفية لدوافع الممارسة الرياضية مع تحديد أسباب العزوف الرياضي، حيث
 توصلنا من خلال نتائج الدراسات إلى استخراج أهم دوافع الممارسة الرياضية من جهة وأسباب العزوف الرياضي من جهة أخرى لفهم
 سلوك الرياضيين بصفة عامة، لكن الطبيعة الوصفية لهذه الدراسات والأسباب السطحية المذكورة لا تسمح بالتعمق في ظاهرة العزوف
 الرياضي والعمليات التي تؤدي إلى حدوثها، فاللجوء إلى تفسير سلوك الرياضيين بين العزوف والإصرار على المواصلة (المثابرة) باستخدام
 نماذج نظرية أصبح أمر ضروري من أجل التعرف على العوامل والعمليات المعرفية التي تزودنا بتفسيرات ذات طابع شخصي، نفسي،
 بدني، موقفية (Guillet، غيلي، Sarrazin، سرزان، كوري Cury، 2000، ص 49).

10. قائمة المراجع:

• المؤلفات باللغة العربية:

- صديقي نور الدين محمد (2004): علم النفس الرياضية، مصر، ط1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- أسامة كامل راتب (2001): الإعداد النفسي للناشئين، 2001، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- محمد حسن العلاوي (1975): علم النفس الرياضي، مصر، ط2، ج1، دار المعارف.
- نزيه حماد (2008): معجم المصطلحات المالية والاقتصادية في لغة الفقهاء، أبوظبي، ط1، م1، دار القلم- الدار الشامية.
- محمد حسن العلاوي (2007): مدخل في علم النفس الرياضي. مصر، مركز الكتاب للنشر.
- محمد حسن العلاوي (1992): سيكولوجية التدريب والمنافسات، القاهرة، دار المعارف.

- قاسم حسن حسين (1990): علم النفس الرياضي، مبادئه وتطبيقه في المجال الرياضي، بغداد، المكتبة الوطنية.
- قادوس صلاح السيد حسن (1993): الأسس العلمية الحديثة في الأداء الحركي، مصر، مكتبة النهضة المصرية.
- صديقي نور الدين (2004) : علم النفس الرياضة. حلون، مصر: ط1، المكتب الجامعي الحديث.
- مفتي إبراهيم حماد (2001): التدريب الرياضي الحديث، القاهرة، ط2، دار الفكر العربي.

• المؤلفات باللغة الأجنبية:

- Alderman, R .B. (1978) : Strategies for motivating young people.In W.F. Straub (Ed.), Sport Psychology.
- Aubin, V. (1986) : Les facteurs d'abandon du judo, Enquêtes F.F.J.D.A.
- Le Cren, F. (1991) : Le judo : Abandon en loire Atlantique. Mémoire de maîtrise, Université de Paris X- Nanterre
- Rober.J.Vallerand (1994): la motivation de sportive de compétition, France, 1^{er} édition, les cahiers de l' insep, numéro 06 , , .
- Valkrant & Thill (1993): introduction a la motivation, édition re

الأطروحات باللغة العربية:

- إزري سوانيلدة مكيوسة (2010): الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار وأثرها على الحركة الرياضية النسوية. رسالة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية و الرياضية، . جامعة الجزائر، الجزائر.
- إزري سوانيلدة مكيوسة (2013): الفتيات الرياضيات (12-15 سنة) بين الإلتزام والعزوف الرياضي، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، زرالدة، الجزائر.
- بقار مونيورة (2009): دراسة الدافعية عند السباحين الجزائريين لفئة المراهقين (14-19 سنة)، مذكرة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية، ، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، زرالدة، الجزائر.

الأطروحات باللغة الأجنبية:

- Kerzabi, M. (1996). Les Championnes dans le sport algérien. Thèse de Doctorat de l'ISTS d'Oran.
- Gould, D.& all. (1982). Reasons for attrition in competitive youth swimming. Journal of Sport Behavior, 5, 155-165.vue E.P.s.
- Gould, D. (1987). Understanding attrition in children's sport. In D. Gould & M. R.Weiss (Eds.), Advances in pediatric sciences : Vol 2 Behavior issues (pp. 61-85). Champaign, Illinois : Human Kinetics.
- Snap, M., & Haubenstricker, J. (1978). Motivation for joining and reasons for not continuing in youth sport programs in Michigan. Paper presented at the meeting of the American Alliance for

Health, Physical Education and Dance, Kansas City, MO. In Guillet, E. Sarrazin, P. Cury, F.L'abandon sportif. Science et motricité, 2000, N°41, PP.47-60.

-Klint, K. A., & Weiss, M. R. (1986). Dropping out and in : Participation motives of current and former youth gymnastics. Canadian Journal of Applied Sport Sciences, 11, 106-114.

- Gill, D.L. & all. (1983). Participation motivation in youth sports. International Journal of Sport Psychology, 14, 1-14.

- Orlick, T. D. (1973). Children's sport : A revolution is coming. Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation Journal, 12-14.

- Orlick, T. D. (1974). The athletic dropout : A high price for inefficiency. Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation Journal, 21-27.

- Orlick, T. D. (1974). The athletic dropout : A high price for inefficiency. Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation Journal, 21-27.

- Petlichkoff, L. M. (1992). Youth sport participation and withdrawal : Is it simply a matter of fun ?, Pediatric Exercise Science, 4, 105-110.

- Guillet, E. Sarrazin, P. Cury, F.L'abandon sportif. Science et motricité, (2000), N°41, PP.47-60.

- Cury & P. Sarrazin (Eds.), (2000) : Théories de la motivation et pratiques sportives: Etat des recherches (pp.57-95). Paris: PUF.

- MC Pherson, B. D., Marteniuk, R., Tihanyi, J., & Clarck, W. (1980). The perceptions of swimmers, parents and coaches. Canadian Journal of Applied Sport Sciences, 5(3), 142-145. In Gernigon, C., & Le Bars, H. (1997).

- wood, D. & all. (1976), The role of tutoring in problem solving journal of child and psychiatry, 17, 89, 100.

- Weineck, J. (2001). Manuel d'entraînement. France : Ed. Vigot.