

## نقش خودکارآمدی در رابطه بین انگیزه پیشرفت با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی در دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی

### مدارس

حسین میرزایی<sup>۱</sup>

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۷/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۶/۱۸

### چکیده

**مقدمه و هدف:** پژوهش حاضر با هدف نقش خودکارآمدی در رابطه بین انگیزه پیشرفت با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی در دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس انجام شده است.

**روش‌شناسی پژوهش:** روش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری در این پژوهش، شامل دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس شهرستان بختگان به تعداد ۳۲۰ نفر در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه‌گیری بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس بود. بدین صورت که از بین دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس شهرستان بختگان، بر اساس جدول تعیین نمونه گرجسی و مورگان (۱۹۷۰) تعداد ۱۷۵ نفر انتخاب شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین متغیر انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی صورت مثبت رابطه معنی دار وجود دارد. بین متغیر اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی به صورت منفی رابطه معنی دار وجود دارد. بین متغیر انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی به صورت مثبت رابطه معنی دار وجود دارد. بین متغیر اضطراب رقابتی و خودکارآمدی به صورت منفی رابطه معنی دار وجود دارد. بین متغیر خودکارآمدی و عملکرد ورزشی به صورت مثبت رابطه معنی دار وجود دارد. متغیر خودکارآمدی به عنوان نقش واسطه بر متغیر عملکرد ورزشی در جهت مثبت رابطه برقرار نمود، به طوری که این متغیر نسبت به متغیرهای مستقل انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی در افزایش عملکرد ورزشی دانش آموزان نقش قوی تری از خود نشان داد.

**نتیجه گیری:** می توان نتیجه گرفت که خودکارآمدی می‌تواند نقش میانجی‌گر را در رابطه مثبت بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی ایفا کند. در حالی که ارتباط منفی میان اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهد

**کلیدواژه:** خودکارآمدی، انگیزه پیشرفت، اضطراب رقابتی، عملکرد ورزشی، المپیادهای ورزشی

<sup>۱</sup> دبیر تربیت بدنی و کارشناس فناوری اداره آموزش و پرورش بختگان Hmirzaie180@gmail.com

## مقدمه

امروزه، عملکرد دانش آموزان در زمینه ورزش و فعالیت‌های جسمانی مقوله‌ای مهم و مورد توجه دست اندرکاران تعلیم و تربیت است. بهبود ورزش در مدارس، به خصوص مقطع دبیرستان، نه تنها موجب سلامت روح و جسم فراگیران می‌شود، بلکه نشاط جامعه و بهبود عملکرد تحصیلی فراگیران در سایر زمینه‌ها را نیز به همراه دارد (جمشیدی ۱۳۸۵). اهمیت کسب پیروزی در میادین ورزش حرفه‌ای در دنیا بر کسی پوشیده نیست. در این راستا، پژوهشگران و متخصصان ورزشی در سراسر دنیا دست به تحقیقات وسیعی در زمینه‌های مختلف ورزش با نیت افزایش احتمال کسب پیروزی در میدان مسابقه زده‌اند. یکی از عوامل بسیار مهم در زمینه کسب پیروزی تیم‌های ورزشی در مسابقات، سطح عملکرد بازیکنان در زمین مسابقه می‌باشد. عملکرد بازیکنان در زمان واقعی برگزاری مسابقه یکی از مهمترین عوامل موفقیت تیم هاست. مطالعات متعددی نشان داده است که سطح اجرا و مهارت نشان دادن بازیکنان در جریان بازی مسابقه می‌تواند احتمال پیروزی تیم را افزایش دهد. در واقع هر چه بازیکنان یک تیم در زمان واقعی بازی مهارت و استعداد بیشتری را نشان دهند، احتمال کسب نتیجه مثبت تر برای آن تیم افزایش می‌یابد (لیلی، ۲۰۰۵).

برخی محققان با تقسیم اهداف عملکردی به دو نوع اهداف رویکرد- عملکرد و اجتناب- عملکرد نظریه اهداف دوئک را گسترش دادند و در پژوهش‌ها بر اهداف تبحری، اهداف رویکرد- عملکرد، و اهداف اجتناب- عملکرد تأکید کردند دانش آموزانی که اهداف رویکرد- عملکرد را انتخاب می‌کنند بر عملکردشان در مقایسه با دیگران توجه دارند، اما آنهایی که اهداف اجتناب- عملکرد را انتخاب می‌کنند با توانا جلوه دادن خود، درصدد اجتناب از تنبیه‌اند (شیرزایی و همکاران، ۱۳۹۶؛ کارشکی و همکاران، ۱۳۹۶). معمولاً عملکرد ورزشی بازیکنان با توجه به نوع هدفی که در ورزش ارزیابی می‌کنند، متفاوت است. در ورزش، عملکرد بازیکنان معمولاً بر اساس نتایج قابل قیاس و قابل اندازه‌گیری ارزیابی می‌شود. در بسیاری از ورزش‌ها، این نتایج به صورت اهداف، امتیازات یا دیگر معیارهای کمی مانند دقت پاس، در صد پرتابهای موفق و غیره است. در نهایت، قادر بودن به کسب برد در بازی یکی از معیارهای مهم و مرکزی برای ارزیابی عملکرد بازیکنان است. اما لازم به ذکر است که این نوع از ارزیابی، هرچند مفید و مرسوم، ممکن است تصویر کاملی از عملکرد بازیکن را نشان ندهد. برای مثال، یک بازیکن ممکن است در ارائه عملکرد فردی برجسته، اما در یک تیم ضعیف بازی کند و به همین دلیل برد کمتری کسب کند. یا بازیکنی ممکن است نقش مهمی در تیم خود ایفا کند که در امتیازات و اهداف قابل اندازه‌گیری نمی‌آید معتقد است که چون بازیکنان سطح بالا از نظر مهارت‌های فنی تقریباً در یک سطح قرار دارند، سطح مهارت‌های روانی نقش موثری در عملکرد ورزشی آنها دارد (لاگو پناس، ۲۰۱۰).

تأثیر عوامل روان‌شناختی به طور روز افزونی در زمینه‌ی اجرای مهارت‌های ورزشی، جلوگیری از آسیب‌های ورزشی، بازتوانی ورزشی و به عنوان ابزاری مؤثر برای مدیریت استرس و اضطراب در رقابتهای مورد تأیید تحقیقات

<sup>1</sup> Lyli

<sup>2</sup> Lago-Peñas

مختلف قرار گرفته است (آهن و لهر، ۱۹۹۷). اضطراب یکی از مقوله‌های بحث برانگیز و مهم در روانشناسی است و تمامی ابعاد روانشناختی و جسمانی انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (گونویی و همکاران، ۲۰۰۱). داشتن اضطراب به خودی خود اشکالی ندارد، بلکه در طول فرایند مقابله، به ما انرژی و نیرو هم می‌بخشد تا برخورد مناسبی با آن موقعیت داشته باشیم. در شرایط رقابتی در ورزش، اضطراب زمانی ناخوشایند است که ارزیابی اولیه از شرایط رقابتی مسابقه درست و واقع بینانه نباشد. وقتی ورزشکار بدون دلیل مشخص، ناراحت و مضطرب است، در این شرایط کارایی خود را از دست می‌دهد و در صحنه رقابت خطرات زیادی او را تهدید می‌کند (لطفی کاشانی و همکاران، ۱۳۸۶). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ورزشکاران حرفه‌ای با سطح اضطراب بالا، در مقایسه با ورزشکاران کم‌اضطراب تحت فشار و استرس، واکنش‌های فیزیولوژیکی مانند افزایش ضربان قلب، فشار خون و... نشان می‌دهند. علاوه بر این، ورزشکاران اضطرابی‌تر در مسابقات تحت فشار از کارایی شناختی کاهش یافته و توانایی حل مسئله یا تصمیم‌گیری سریع‌ترشان کاهش می‌یابد. این امر منجر به افت عملکرد آن‌ها در مقایسه با ورزشکاران کم‌اضطراب می‌شود (شایانی و همکاران، ۱۴۰۰). به نظر می‌رسد انگیزش بر بسیاری از رفتارها، افکار و احساسات از جمله انتخاب نوع فعالیت، تلاش برای پیگیری اهداف و پشتکار به دنبال مواجهه با شکست تأثیر دارد (صفری انارکی و قاسمی، ۱۳۹۵). و یکی از متغیرهای مهم در شروع تمرین و استمرار تمرین است. فهم درست انگیزه‌های مؤثر تصمیم‌گیری برای فعالیت جسمانی و تداوم آن، بینشی را در مورد کاهش فعالیت جسمانی ایجاد می‌کند. محققین عقیده دارند، برای تحلیل مشارکت ورزشی، بررسی سه عامل ویژگی‌ها و عقاید، اهداف و انگیزه‌های افراد، محیط و رفتار فردی و گروهی ضروری است. از بین این سه عامل، شناخت انگیزه‌ها، از اجزای ضروری و پیش نیاز فعالیت ورزشی و یکی از محورهای اساسی در توجیه افراد برای شرکت در فعالیت‌های مختلف است که میزان تلاش یا استقامت و تعهد فرد را در رسیدن به اهداف نشان می‌دهد (رمضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸). بر اساس نظر پینتریچ این نظریه از جامع‌ترین نظریه‌هاست و امروزه از جمله نظریه‌های انگیزشی است که به لحاظ تجربی تأیید شده و با موفقیت در حوزه‌های مختلف مانند تربیت بدنی، سیاست، مراقبت بهداشتی، مذهب و آموزش عمومی استفاده شده است (پینتریچ، ۲۰۰۳).

انگیزه‌های افراد برای شرکت در فعالیت‌های بدنی بسیار متنوع است. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، محیطی و فرهنگی می‌توانند در تمایل یک فرد برای شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی اثرگذار باشد. از آن‌سان با شناخت و پیش‌بینی انگیزه‌ها و نیازهای واقعی خود می‌تواند به موقع و به طور صحیح به ارضای نیازها و انگیزه‌های خود اقدام نمایند (گل محمدی و همکاران، ۱۳۹۶). در این راستا، تحقیقات نشان می‌دهند سه عامل پیشرفت، همبستگی و تعهد، از اهمیت بیشتری برخوردارند و موجب برانگیختگی بیشتر انگیزشی در بین داوطلبین ورزشی می‌شوند. در حالی‌که عامل سودمند، اهمیت کمتری دارد (گیل و

<sup>1</sup> Ahern & Lohr

<sup>2</sup> Gunnoe

<sup>3</sup> Pintrich

همکاران، ۱۹۸۳). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که انگیزش زیاد در مشارکت کردن افراد در ورزش تأثیر بسزایی دارد و ایجاد انگیزش در تعیین سطح عملکرد افراد نقش مهمی بر عهده دارد و عملکرد آنان نیز به نوبه خود در حصول اهداف مؤثر و اثر بخش است (دیلین و همکاران، ۲۰۱۸).

علاوه بر آن، یکی از عواملی که امروزه هدف مطالعات محققان مختلف در حوزه سلامت و ورزش قرار گرفته و می‌تواند رفتارهای مرتبط با سلامت، مانند ورزش کردن را پیش بینی کند خودکارآمدی است. خودکارآمدی به واسطه انگیزه درونی موجب می‌شود تا فرد به طور خودانگیزه در محیط تلاش کند و به باورهای خود دست یابد (پرکینز و همکاران، ۲۰۰۸). خودکارآمدی درک شده ورزش معمولاً به باورهای فرد درباره توانایی‌اش در مقابله با موانع ورزش مانند خستگی، خلق افسرده، محدودیت‌های زمانی، موقعیت‌های رقابتی و موقعیت‌های نامساعد محیطی وابسته است. به عبارت دیگر، خودکارآمدی به قضاوت فرد از توانایی‌های خود در مواجهه با موانع شناسایی شده برای فعالیت اشاره دارد (مک اولی و همکاران، ۲۰۰۳). برای تبیین خودکارآمدی، استفاده از نظریه اجتماعی شناختی مفید است. در این نظریه فرد به عنوان یک عامل فعال در تنظیم شناخت، انگیزش، اعمال و احساسات خود در نظر گرفته می‌شود که با استفاده از عاقبت اندیشی، خودارزیابی و خودتنظیمی بر عملکرد خود اثر می‌گذارد (ترکی و همکاران، ۱۳۹۰). اگرچه نظریه اجتماعی شناختی متشکل از تعدادی از ساختارهای مرتبط با تغییر رفتار مانند خودکارآمدی، انتظارات از پیامد، اهداف، تسهیل کننده‌ها و موانع است، اما، از این بین فقط خودکارآمدی به عنوان عامل فعال مرکزی، به طور پیوسته با فعالیت فیزیکی، عملکرد و رفاه همراه است (شمسعلی نیا و همکاران، ۱۳۹۸).

با اجرای مسابقات و فعالیت‌های ورزشی، می‌توان شادابی و نشاط را به محیط‌های آموزشی تزریق کرد. با عنایت به این موارد و با توجه به مدرسه محور کردن فعالیت‌های تربیت بدنی و ورزش دانش‌آموزی و مشارکت‌محور کردن فعالیت‌ها، می‌توان گفت که ظرفیت‌های شناختی و بهره‌مندی حداکثری از ظرفیت‌های درونی و بیرونی آموزش و پرورش، فضای جذاب، با نشاط و سالمی را برای برگزاری المپیاد ورزشی درون مدرسه‌ای به وجود می‌آورد. یکی از شهرستان‌های که از این قاعده مستثنی نیست، شهرستان بختگان می‌باشد. این شهرستان به دلیل برخورداری از قشر زیادی از دانش‌آموزان شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی درون مدرسه‌ای و المپیادها، بررسی متغیرهای تأثیر گذار بر این دانش‌آموزان دارای اهمیت فراوانی می‌باشد. بنابراین با توجه به مطالب ارائه شده، هدف پژوهش حاضر نقش خودکارآمدی در رابطه بین انگیزه پیشرفت با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی در دانش‌آموزان شرکت‌کننده در المپیادهای ورزشی مدارس در المپیادهای ورزشی مدارس می‌باشد و در این پژوهش محقق در پی پاسخگویی به این سؤال است که آیا در رابطه بین انگیزه پیشرفت با

<sup>1</sup> Gill et al

<sup>2</sup> Deelen et al

<sup>3</sup> Perkins et al

<sup>4</sup> McAuley et al

اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی در دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس، خودکارآمدی در ورزش نقش واسطه‌ای دارد؟

### فرضیه‌های پژوهش:

- فرضیه اول: بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.
- فرضیه دوم: بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.
- فرضیه سوم: بین انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.
- فرضیه چهارم: بین اضطراب رقابتی و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.
- فرضیه پنجم: بین خودکارآمدی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.
- فرضیه ششم: در ارتباط بین انگیزه پیشرفت با اضطراب و عملکرد، خودکارآمدی نقش واسطه‌ای دارد.

### روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر هدف، یک تحقیق کاربردی و همچنین بر اساس چگونگی به دست آوردن داده‌های مورد نیاز، از نوع پژوهش توصیفی و همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس شهرستان بختگان به تعداد ۳۲۰ نفر در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه‌گیری بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس بود. بدین صورت که از بین دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس شهرستان بختگان، بر اساس جدول تعیین نمونه گرجسی و مورگان (۱۹۷۰) تعداد ۱۷۵ نفر انتخاب شدند.

### پرسشنامه خودکارآمدی در ورزش

این پرسشنامه دارای ۲۲ سؤال است. این پرسشنامه بر اساس مدل صحرائیان و همکاران (۱۳۹۵) طراحی شده است. روایی و پایایی: روایی پرسشنامه خودکارآمدی در ورزش ۰/۹ به دست آمد. ضریب اعتباری پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۸۲ گزارش شده است (صحرائیان و همکاران، ۱۳۹۵).

### پرسشنامه اضطراب حالتی-رقابتی

پرسشنامه اضطراب حالتی-رقابتی توسط مارتنز و همکاران (۱۹۹۰) برای ارزیابی اضطراب مورد استفاده قرار گرفت. این سیاهه دارای ۲۷ سؤال می‌باشد و به سه خرده مقیاس اضطراب شناختی، اضطراب جسمانی و اعتماد به نفس تقسیم می‌شود که هر کدام از خرده مقیاس‌ها شامل ۹ سؤال است. سؤالات این پرسشنامه به صورت طیف چهار گزینه ای لیکرت به شکل زیر نمره گذاری می‌شود: گزینه اصلاً=۱ امتیاز، کم=۲، متوسط=۳ و

<sup>1</sup> Martens et al

گزینه خیلی زیاد=۴ امتیاز.روایی همزمان، سازه و محتوایی این پرسشنامه طی مطالعات متعددی بسیار مطلوب گزارش شده است روایی و پایایی پرسشنامه توسط توستمروت نیا و همکاران(۱۳۹۲) مورد تأیید قرار گرفته است.

### پرسشنامه انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی

پرسشنامه انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی که توسط گیل، گروس و هادسون (۱۹۸۳) ساخته شد و متشکل از ۳۰ گویه و هشت خرده مقیاس است. هدف این پرسشنامه شناخت عوامل انگیزشی افراد برای شرکت در محیط های آموزشی ورزشی است. شفیع زاده در سال ۱۳۸۶ اعتبار سازه اکتشافی و تأییدی و همسانی درونی پرسشنامه انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی را در جامعه نوجوانان ۱۴ - ۱۵ سال مورد بررسی قرار داد. نتایج اعتبار پرسشنامه را تأیید کرد. همچنین نتایج حاصل از ضریب آلفای کرونباخ نشان داد که ضریب همسانی درونی پرسشنامه برابر ۰/۸۳ است. شفیع زاده (۱۳۸۶) روایی و پایایی این پرسشنامه را محاسبه و مناسب گزارش کرده است. در ابتدا به اداره آموزش و پرورش شهرستان بختگان مراجعه شد و لیستی از دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس این شهرستان تهیه شد و از طریق فضای مجازی توضیحات لازم به این دانش آموزان ارائه شد. بعد از کسب رضایت شرکت در پژوهش، از طریق فضای مجازی لینک الکترونیک پرسشنامه ها در اختیار دانش آموزان قرار گرفت و تکمیل شدند.

### یافته ها

بررسی توصیف آماری متغیرهای تحقیق، شامل شاخص های مرکزی و پراکنندگی و نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف به منظور نرمال بودن داده ها در جدول شماره ۱ می شود.

جدول ۱ : فراوانی، حداقل نمره، حداکثر نمره، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیرها	حداقل نمره	حداکثر نمره	میانگین	انحراف معیار	کجی داده ها	کشیدگی داده ها (سطح معنی داری)
انگیزه پیشرفت	۵۸	۱۲۳	۹۰/۶۶	۱۳/۸۰۱	-۰/۲۱۷	-۰/۶۴۸
اضطراب رقابتی	۳۴	۱۱۱	۷۱/۳۱	۱۱/۹۶۰	-۰/۰۵۵	۰/۳۴۰
خودکارآمدی	۵۵	۱۷۹	۱۱۹/۴۷	۲۷/۳۴۶	-۰/۰۷۰	-۰/۷۹۱
عملکرد ورزشی	۵	۲۴	۱۴/۹۲	۵/۸۰۷	-۰/۰۷۴	-۱/۵۳۲

تعداد نمونه : ۱۷۵ نفر

نتایج جدول ۱ نشان میدهد، متغیر خودکارآمدی حداکثر میانگین و متغیر عملکرد ورزشی حداقل میانگین را کسب نموده اند. همچنین بر اساس نتایج توصیف آماری (نرمال بودن داده ها) با استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف در خصوص متغیرهای تحقیق، نتایج مندرج در ستون های کجی و

کشیدگی و میزان ازمون کولموگروف - اسمیرنوف نشان می دهد، سطح معنی داری برای هر کدام از متغیرها از حد  $0/05$  و بیشتر بدست آمده است، از این رو نتیجه می شود متغیرها از توزیع نرمال برخوردار هستند و فرض نرمال بودن متغیرها تأیید می گردد.

**فرضیه های پژوهش:**

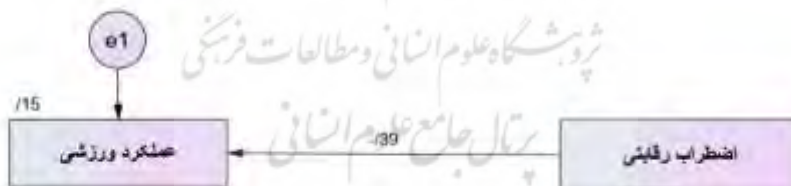
فرضیه اول: بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.



شکل ۱، رابطه علی بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی

بین متغیر انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی با ضریب  $0/33$  به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود دارد، این نتیجه بدین معنی است که هر چه انگیزه پیشرفت در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب افزایش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید است.

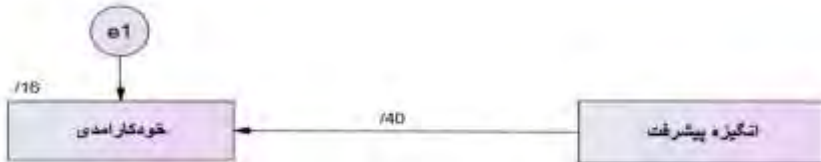
فرضیه دوم: بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.



شکل ۲ رابطه علی بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی

بین متغیر اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی با ضریب  $-0/39$  به صورت منفی در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود دارد، این نتیجه بدین معنی است که هر چه اضطراب رقابتی در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب کاهش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید است.

فرضیه سوم: بین انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.



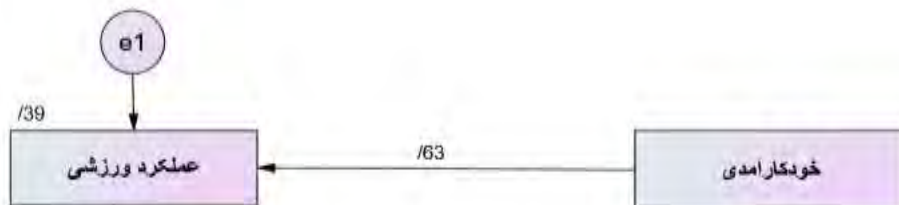
شکل ۳، رابطه علی بین انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی

بین متغیر انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی با ضریب  $0/40$  به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود دارد، این نتیجه بدین معنی است که هر چه انگیزه پیشرفت در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب افزایش خودکارآمدی در آنان می‌گردد، از این رو فرضیه مورد تایید است.  
فرضیه چهارم: بین اضطراب رقابتی و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.



شکل ۴، رابطه علی بین اضطراب رقابتی و خودکارآمدی

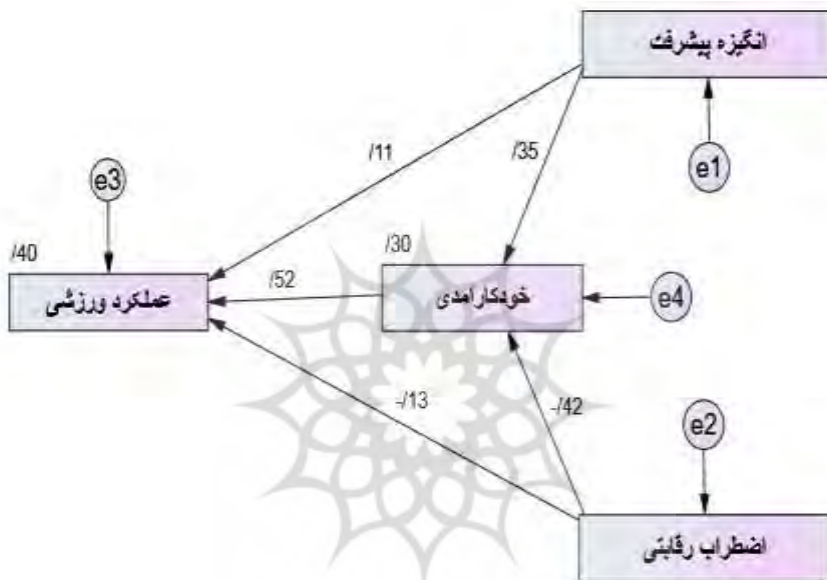
بین متغیر اضطراب رقابتی و خودکارآمدی با ضریب  $-0/46$  به صورت منفی در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود دارد، این نتیجه بدین معنی است که هر چه اضطراب رقابتی در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب کاهش خودکارآمدی در آنان می‌گردد، از این رو فرضیه مورد تایید است.  
فرضیه پنجم: بین خودکارآمدی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.



شکل ۵، رابطه علی بین خودکارآمدی و عملکرد ورزشی



بین متغیر خودکارآمدی و عملکرد ورزشی با ضریب  $0/63$  به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود دارد، این نتیجه بدین معنی است که هر چه خودکارآمدی در دانش اموزان بالاتر باشد، موجب افزایش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید است. فرضیه ششم: در ارتباط بین انگیزه پیشرفت با اضطراب و عملکرد، خودکارآمدی نقش واسطه‌ای دارد..



شکل ۶. نقش واسطه ای خودکارآمدی در ارتباط بین انگیزه پیشرفت با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی

جدول ۲: نتایج نقش واسطه ای خودکارآمدی در ارتباط بین انگیزه پیشرفت با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضریب غیر استاندارد	خطای استاندارد	ضریب استاندارد	مقدار T	Sig	R <sup>2</sup>
		B	E.S	$\beta$			
انگیزه پیشرفت	خودکارآمدی	0/670	0/123	0/35	5/428	0/001	
اضطراب رقابتی	خودکارآمدی	-0/943	0/142	-0/42	-6/624	0/001	
انگیزه پیشرفت	عملکرد ورزشی	0/045	0/026	0/11	1/688	0/091	0/40
اضطراب رقابتی	عملکرد ورزشی	-0/064	0/032	-0/13	-2/027	0/043	
خودکارآمدی	عملکرد ورزشی	0/111	0/015	0/52	7/385	0/001	

شکل ۶ نشان می‌دهد، انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی بر عملکرد ورزشی به ترتیب با ضریب ۰/۱۱ و ۰/۱۳- رابطه خود را نشان داده اند. همچنین انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی بر خودکارامدی به ترتیب با ضریب ۰/۳۵ و ۰/۴۲- رابطه خود را نشان داده اند. در این میان متغیر خودکارامدی به عنوان نقش واسطه بر متغیر عملکرد ورزشی با ضریب ۰/۵۲ در جهت مثبت رابطه برقرار نموده است، به طوری که این متغیر نسبت به متغیرهای مستقل انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی در افزایش عملکرد ورزشی دانش آموزان نقش قوی تری از خود نشان داده است، در رابطه با نتایج مدل لازم به ذکر است که اگر فرضیه ششم را با فرضیه های یک و دو مقایسه نماییم متوجه میشویم که در فرضیه های یک و دو بر اساس ارتباط بدست آمده، به ترتیب به مقدار ۱۱ درصد و ۱۵ درصد از واریانس عملکرد ورزشی تبیین گردیده است، در صورتی که در فرضیه ششم و مدل نهایی با دخالت متغیر خودکارامدی به عنوان نقش واسطه ای به میزان ۴۰ درصد از واریانس متغیر عملکرد ورزشی تبیین گردیده است، این نتایج به طور کلی نشان دهنده این است که خودکارامدی در افزایش عملکرد ورزشی دانش آموزان نقش قوی تری از خود نشان داده است. از این رو فرضیه فوق مورد تایید است.

جدول ۳: اثرات مستقیم و غیر مستقیم در مدل نهایی

مسیرها	ضریب اثر مستقیم	ضریب اثر غیرمستقیم
انگیزه پیشرفت	۰/۳۵	*
اضطراب رقابتی	-۰/۴۲	*
انگیزه پیشرفت	۰/۱۱	۰/۱۸
اضطراب رقابتی	-۰/۱۳	-۰/۲۲
خودکارامدی	۰/۵۲	*

نتایج جدول ۳، نشان دهنده اثرات مستقیم و اثرات غیر مستقیم متغیرها در مدل نهایی می‌باشد، به طوری که انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی از طریق خودکارامدی بر عملکرد ورزشی به ترتیب ۱۸ درصد به صورت مثبت و ۲۲ درصد به صورت منفی تاثیر غیر مستقیم داشته و این نشان دهنده این است که خودکارامدی نقش قوی تری در افزایش عملکرد ورزشی ایفا نموده است.

جدول ۴: شاخص های برازش مدل نهایی بین متغیرهای تحقیق

شاخص های برازش	X2/df	p	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
حد استاندارد	کمتر از ۵	کمتر از ۰/۰۵	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۹۰	بین ۰/۰۲ تا ۰/۰۸
پارامترهای بدست آمده	۳/۸۷۸	۰/۰۴۹	۰/۹۹	۰/۹۰	۰/۹۸	۰/۰۷

نتیجه جدول ۴، نشان دهنده شاخص های برآزش مدل نهائی می باشد، همانطور که مشخص می باشد بر اساس پارامترهای بدست آمده، شاخص های ارزیابی مدل نهائی از برآزش بسیار خوبی برخوردار است.

## بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول: بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.

با توجه به نتایج، بین متغیر انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشی به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود داشت، این نتیجه بدین معنی بود که هر چه انگیزه پیشرفت در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب افزایش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، کاسیم<sup>۱</sup> (۲۰۱۲)، مسلمی (۱۳۹۱) همسو می باشد. جهت تبیین این فرضیه می توان بیان کرد، یکی از فاکتورهای مهم در شرکت دانش آموزان در رویدادهای ورزشی، انگیزه ورزشی آنان می باشد. انگیزه های افراد برای شرکت در فعالیت ورزشی و بدنی بسیار متنوع است. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، محیطی و فرهنگی می توانند در تمایل یک فرد برای شرکت در فعالیت های بدنی و ورزشی اثرگذار باشد. بی شک در راستای انجام فعالیت های ورزشی، خصوصاً شرکت در المپیادهای ورزشی در دانش آموزان فاکتورها و عوامل مختلفی به چشم می خورند که هر یک به نوعی رفتار و انگیزه ورزشی این قشر را تحت تأثیر قرار می دهند. امروزه، عملکرد دانش آموزان در زمینه ورزش و فعالیت های جسمانی مقوله ای مهم و مورد توجه دست اندرکاران تعلیم و تربیت است. بهبود ورزش در مدارس، نه تنها موجب سلامت روح و جسم فراگیران می شود، بلکه نشاط جامعه و بهبود عملکرد تحصیلی فراگیران در سایر زمینه ها را نیز به همراه دارد.

فرضیه دوم: بین اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.

با توجه به نتایج، بین متغیر اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشیبه صورت منفی در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود داشت، این نتیجه بدین معنی بود که هر چه اضطراب رقابتی در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب کاهش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، پورجاوید و همکاران (۱۳۹۹) همسو می باشد. جهت تبیین این فرضیه می توان بیان کرد، تأثیر عوامل روانشناختی به طور روز افزونی در زمینه ای اجرای مهارت های ورزشی، جلوگیری از آسیب های ورزشی، بازتوانی ورزشی و به عنوان ابزاری مؤثر برای مدیریت

<sup>۱</sup> - Kassim

استرس و اضطراب در رقابت‌ها مورد تأیید تحقیقات مختلف قرار گرفته است. اضطراب یکی از مقوله‌های بحث برانگیز و مهم در روانشناسی است و تمامی ابعاد روانشناختی و جسمانی انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. داشتن اضطراب به خودی خود اشکالی ندارد، بلکه در طول فرایند مقابله، به ما انرژی و نیرو هم می‌بخشد تا برخورد مناسبی با آن موقعیت داشته باشیم و اما در شرایط رقابتی در ورزش و شرکت در المپیادهای، اضطراب زمانی ناخوشایند می‌شود که ارزیابی اولیه از شرایط رقابتی مسابقه درست و واقع بینانه نباشد.

فرضیه سوم: بین انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.

با توجه به نتایج، بین متغیر انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود داشت، این نتیجه بدین معنی بود که هر چه انگیزه پیشرفت در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب افزایش خودکارآمدی در آنان می‌گردد، از این رو فرضیه مورد تأیید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، (اشراقی و میرمحمد، ۱۳۸۸) همسو می‌باشد. جهت تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد، در مورد انگیزه ورزشی و پیشرفت در ورزش، بی شک در ورطه روانشناسی فاکتورها، عوامل مختلفی به چشم می‌خورند که هر یک به نوعی رفتار یک ورزشکار یا فرد را تحت الشعاع قرار می‌دهند، از جمله عوامل مهم که بی تردید می‌توان آن را مهمترین عامل درونی یک ورزشکار یا فرد دانست، عامل انگیزه و انگیزش در ورزش می‌باشد و بدون شک این عوامل نقش به‌سزایی در ایجاد توانایی و عدم توانایی، شکوفایی یا عدم شکوفایی و در نهایت تأثیر مثبت آن بر خودکارآمدی افراد در ورزش است.

فرضیه چهارم: بین اضطراب رقابتی و خودکارآمدی رابطه علی وجود دارد.

با توجه به نتایج، بین متغیر اضطراب رقابتی و خودکارآمدی به صورت منفی در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود داشت، این نتیجه بدین معنی بود که هر چه اضطراب رقابتی در دانش آموزان بالاتر باشد، موجب کاهش خودکارآمدی در آنان می‌گردد، از این رو فرضیه مورد تأیید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، پورجاوید و همکاران (۱۳۹۹) همسو می‌باشد. جهت تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد، رابطه مهمی بین ورزش و برانگیختگی، اضطراب و فشار روانی وجود دارد.

فرضیه پنجم: بین خودکارآمدی و عملکرد ورزشی رابطه علی وجود دارد.

با توجه به نتایج، بین متغیر خودکارآمدی و عملکرد ورزشی با ضریب  $0/63$  به صورت مثبت در سطح  $0/01$  رابطه معنی دار وجود داشت، این نتیجه بدین معنی بود که هر چه خودکارآمدی در دانش آموزان

1. Arousal

2. Anxiety

3. Stress

بالتر باشد، موجب افزایش عملکرد ورزشی در آنان می گردد، از این رو فرضیه مورد تایید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، عزیزی فتاح آباد و موسوی راد (۱۳۹۷) همسو می باشد. جهت تبیین این فرضیه می توان بیان کرد، خود کارآمدی؛ به باورهای افراد درباره توانای کنترل زندگی به دست خودشان است. باور به خود کارآمدی؛ یکی از ویژگی های دانش آموزان ورزشکار است که بر رفتار آنها بسیار تأثیر گذار است و داشتن عدم باور به خود کارآمدی باعث بوجود آمدن عدم پیشرفت و عملکرد ورزشی در دانش آموزان می گردد که بایستی سعی نمود تا باورها در دانش آموزان افزایش یابد تا بتواند در افزایش خودکارآمدی و در نتیجه عملکرد ورزشی خود تأثیر بگذارد.

فرضیه ششم: در ارتباط بین انگیزه پیشرفت با اضطراب و عملکرد، خودکارآمدی نقش واسطه ای دارد. با توجه به نتایج، انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی بر عملکرد ورزشی به ترتیب رابطه مثبت و منفی خود را نشان داده اند. همچنین انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی بر خودکارآمدی به ترتیب رابطه مثبت و منفی خود را نشان داده اند. در این میان متغیر خودکارآمدی به عنوان نقش واسطه بر متغیر عملکرد ورزشی با ضریب  $0/52$  در جهت مثبت رابطه برقرار نموده است، به طوری که این متغیر نسبت به متغیرهای مستقل انگیزه پیشرفت و اضطراب رقابتی در افزایش عملکرد ورزشی دانش آموزان نقش قوی تری از خود نشان داده است، در رابطه با نتایج مدل لازم به ذکر است که اگر فرضیه ششم را با فرضیه های یک و دو مقایسه نماییم متوجه میشویم که در فرضیه های یک و دو بر اساس ارتباط بدست آمده، به ترتیب به مقدار ۱۱ درصد و ۱۵ درصد از واریانس عملکرد ورزشی تبیین گردید، در صورتی که در فرضیه ششم و مدل نهایی با دخالت متغیر خودکارآمدی به عنوان نقش واسطه ای به میزان ۴۰ درصد از واریانس متغیر عملکرد ورزشی تبیین گردید، این نتایج به طور کلی نشان دهنده این بود که خودکارآمدی در افزایش عملکرد ورزشی دانش آموزان نقش قوی تری از خود نشان داده است. از این رو فرضیه فوق مورد تایید قرار گرفت. نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی همچون، کاسیم (۲۰۱۲) همسو می باشد. جهت تبیین این فرضیه می توان بیان کرد، یکی از فاکتورهای مهم در شرکت دانش آموزان در رویدادهای ورزشی، انگیزه ورزشی آنان می باشد. انگیزه های افراد برای شرکت در فعالیت ورزشی و بدنی بسیار متنوع است. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، محیطی و فرهنگی می توانند در تمایل یک فرد برای شرکت در فعالیت های بدنی و ورزشی اثرگذار باشد. بی شک در راستای انجام فعالیت های ورزشی، خصوصاً شرکت در المپیادهای ورزشی در دانش آموزان فاکتورها و عوامل مختلفی به چشم می خورند که هر یک به نوعی رفتار و انگیزه ورزشی این قشر را تحت تأثیر قرار می دهند. این پژوهش در گروهی از دانش آموزان شرکت کننده در المپیادهای ورزشی مدارس شهرستان بختگان صورت گرفته است، لذا امکان تعمیم نتایج به دانش آموزان دیگر نمی باشد، از این رو بایستی جانب احتیاط را رعایت نمود. برای پژوهشگران آتی پیشنهاد می گردد در ارتباط بین انگیزه با اضطراب رقابتی و عملکرد ورزشی دانش آموزان، نقش

متغیر حمایت اجتماعی ادراک شد، تکانشوری، تنظیم هیجانات، هوش هیجانی به عنوان نقش واسطه‌ای مورد سنجش قرار گیرد. پیشنهاد می‌گردد به صورت مشترک بین والدین دانش آموزان و مربیان ورزشی مدارس جلسات مشاوره‌ای و توجیهی برگزار شود تا خانواده‌ها نیز بتوانند میزان خودکارآمدی و توانایی فرزندان خود را تحت کنترل قرار دهند، چرا که این اقدام می‌تواند در زمینه ورزش بر عملکرد ورزشی آنها تاثیر گذار باشد.

### ملاحظات اخلاقی

از اطلاعات خصوصی و شخصی داوطلبین محافظت شد. نتایج در صورت تمایل برای آنها تفسیر شد. در صورت مشاهده هرگونه اختلال، راهنمایی‌های لازم جهت پیگیری به داوطلبین ارائه شد.

### منابع فارسی

- اربابی سرجو، عزیزالله و درزاده، علی (۱۳۹۷). بررسی رابطه‌ی اضطراب و انگیزه پیشرفت در بین دانش آموزان دختر و پسر دوره‌ی متوسطه شهر فنوج، یازدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران.
- اشراقی، حسام، و کاشف، میرمحمد. (۱۳۸۸). مقایسه وضعیت سلامت عمومی و روابط اجتماعی کارکنان فعال و غیرفعال حرکتی دولت در شهر اصفهان. نشریه علوم زیستی ورزشی، ۱(۲)، ۱۱۱-۲۳۸.
- پورجاوید، مجتبی، زیدآبادی، رسول، استیری، زهرا، و عسکری تبار، انسیه سادات. (۱۳۹۹). ارتباط خودکارآمدی ورزشی با اضطراب رقابتی دانشجویان ورزشکار: نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای. مطالعات روان‌شناسی ورزشی، ۹(۳۲)، ۱۱۷-۱۴۰.
- ترکی، یوسف، حاجی کاظمی، افتخار السادات، باستانی، فریده و حقانی، وحید. (۱۳۹۰) خودکارآمدی عمومی ساکنین سرای سالمندی. نشریه پرستاری ایران، ۲۴ (۷۳): ۶۲-۵۵.
- جمشیدی، اکبر. (۱۳۸۵). رابطه بین جهت‌گیری ورزش و اضطراب رقابتی در بین ورزشکاران شرکت کننده در هشتمین المپیاد ورزشی دانشجویی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- رضانی نژاد، رحیم، رحمانی نیا، فرهاد، و تقوی تکیار، سید امیر. (۱۳۸۸). بررسی انگیزه‌های شرکت کنندگان در ورزش‌های همگانی در فضاهای روباز. نشریه مدیریت ورزشی، ۱(۲)، ۵-۲۳.
- شایانی، حسن، زیدآبادی، رسول، و همبوشی، لاله. (۱۴۰۰). رابطه ذهن آگاهی ورزشی با ادراک از موفقیت ورزشکاران؛ نقش واسطه‌ای تعهد به تمرین. روانشناسی ورزش، ۲(۲)، ۲۹-۴۴.
- شمسعلی نیافعباس، قدیمی، رضا و غفاری، فاطمه. (طراحی و روانسنجی بازار ایرانی خودکارآمدی ورزش در سالمندان: یک مطالعه ترکیبی. مجله دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران (حیات). ۲۵(۴)، ۳۶۶-۳۷۹.
- شفیع زاده، محسن. (۱۳۸۶). تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه‌های انگیزش شرکت در فعالیت‌های بدنی و تکلیف - گرابی و خود-گرابی در ورزش دانش آموزان مقاطع راهنمایی و متوسطه شهر تهران. پژوهش در امور ورزشی، ۱۷، ۱۴-۳۱.
- شیرزایی، مهری، مرزیه، افسانه، و نظری، عابده. (۱۳۹۶). نقش پیش‌بینی‌کنندگی اهداف پیشرفت و باورهای هوشی در ارتباط با جرات‌ورزی. دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری، ۵(۹)، ۱۶۱-۱۷۵.

- صحرائیان، ایمان، واعظ موسوی، سید محمد کاظم، و خیبری، محمد. (۱۳۹۵). معرفی پرسشنامه خود-کارآمدی ورزشی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۵(۱۶)، ۵۵-۷۰.
- صفری انارکولی، نگین و قاسمی، محمد. (۱۳۹۵). مروری بر عوامل موثر بر انگیزش ورزشکاران، اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی، قزوین.
- عرب مؤمنی، الله یار. (۱۳۹۹). بررسی تأثیر خودگفتاری انگیزشی بر عزت‌نفس و اضطراب رقابتی شناگران زن نخبه. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۳(۱)، ۲۱۸۶-۲۱۷۷.
- عزیزی فتاح آباد، شیدا و موسوی راد، طاهره (۱۳۹۷). ارتباط بین خودکارآمدی و شاخص توده بدن با انگیزه برای ورزش در بین دانشجویان دختر غیر ورزشکار دانشگاه پیام نور کوهدهشت، دومین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اهواز، اهواز.
- کارشکی، حسین، محمدتقی زاده، نسرین، و میری، صادق. (۱۳۹۶). رابطه اساندهای علی با اضطراب امتحان: نقش میانجی اهداف پیشرفت. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۷(۱)، ۱-۱۶.
- کافی زاده، منصوره؛ شیخی فینی، علی اکبر و سماوی، عبدالوهاب (۱۳۹۹). مدل یابی معادلات ساختاری رابطه خودکارآمدی و تعهد تحصیلی با نقش میانجی انگیزه پیشرفت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی، هرمزگان. *آموزش پرستاری*، ۹(۴): ۴۱-۵۱.
- گل محمدی، محمود و لطفی، غلامرضا و پاسبانی، هدیه. (۱۳۹۶). رابطه بین انگیزش شرکت در فعالیت‌های ورزشی با سلامت عمومی مردان ورزشکار، اولین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت دانشگاه علوم پزشکی آبادان، اهواز.
- لطفی کاشانی، فرح؛ سرافراز، خدیجهو شریفی، حسن پاشا (۱۳۸۶). تأثیر آموزش آرمیدگی عضلانی در کاهش علائم سندرم پیش از قاعدگی. *نشریه اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی (اندیشه و رفتار)*، ۲(۲)، ۵، ۶۳-۷۴.
- مروت نیا، کوروش، کهندل، مهدی، و شفیع، محسن. (۱۳۹۲). ارتباط بین پرخاشگری و اضطراب حالتی-رقابتی با ویژگی‌های شخصیتی کشتی‌گیران نخبه ایران. *مدیریت و رفتار سازمانی در ورزش*، ۱۲(۱)، ۳۱-۴۲.
- مسلمی، لیلیا. (۱۳۹۱). *رابطه بین انگیزه‌های ورزشی با عملکرد ورزشی ورزشکاران زن رشته‌های انفرادی شهر اصفهان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بوعلی سینا، دانشکده علوم انسانی
- مصلحی، نسیم؛ علمایی کوپایی، مرضیه و فیض آبادی، محمد (۱۳۹۵). *پیش‌بینی اضطراب وجودی و اضطراب مرگ بر اساس میزان انگیزه پیشرفت*، اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران، قم.
- نعمت الهی، امیررضا؛ رجامند، سولماز و شرفی، ام کلثوم (۱۳۹۸). *تأثیر گرایش به ورزش در سلامت روان، قدرت رهبری، شادی و خودکارآمدی جوانان، سومین همایش ملی سبک زندگی و سلامت*، یزد.

### منابع انگلیسی

- Ahern, D. K., & Lohr, B. A. (1997). Psychosocial factors in sports injury rehabilitation. *Clinics in sports medicine*, 16(4), 755-768.
- Deelen, I., Ettema, D., & Kamphuis, C. B. (2018). Sports participation in sport clubs, gyms or public spaces: How users of different sports settings differ in their motivations, goals, and sports frequency. *PloS one*, 13(10), e0205198.
- Gill, D. L., Gross, J. B., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International journal of sport psychology*.
- Gunnoe, A. J., Horodyski, M., Tennant, L. K., & Murphey, M. (2001). The effect of life events on incidence of injury in high school football players. *Journal of athletic training*, 36(2), 150.
- Kassim, S. (2012). Assessing and Predicting Microfinance Sector Health and Performance at Country Level. Available at SSRN 2099847.
- Lago-Peñas, C., & Dellal, A. (2010). Ball possession strategies in elite soccer according to the evolution of the match-score: the influence of situational variables. *Journal of human kinetics*, 25(2010), 93-100.
- Lyle, J. (2005). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. Routledge.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A., & Smith, D. E. (1990). The competitive state anxiety inventory-2 (CSAI-2) in sport. *Human Kinetics*, 117-90.
- McAuley, E., Jerome, G. J., Marquez, D. X., Elavsky, S., & Blissmer, B. (2003). Exercise self-efficacy in older adults: social, affective, and behavioral influences. *Annals of behavioral medicine*, 25(1), 1-7.
- Perkins, J. M., Multhaup, K. S., Perkins, H. W., & Barton, C. (2008). Self-efficacy and participation in physical and social activity among older adults in Spain and the United States. *The Gerontologist*, 48(1), 51-58.



- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In *Handbook of self-regulation* (pp. 451-502). Academic Press.
- Torki Y, Haji Kazemi ES, Bastani F, Haghani H. [General self-efficacy in elderly living in resthomes]. *Iranian Journal of Nursing (IJN)*. 2011; 24(73): 55-62. (Persian)
- Zare vali Mohammadi, M. (2020). *The Effect of plantar pressure variables during running Iranian and lp immediate use of textured insoles in healthy Students* (Doctoral dissertation, University of Mohaghegh Ardabili).



## The Role of Self-efficacy in the Relationship Between Achievement Motivation and Competitive Anxiety and Athletic Performance in Students Participating in School Sports Olympiads

Hosein Mirzaei<sup>1</sup>

### Abstract

**Introduction and goal:** The current research was conducted with the aim of the role of self-efficacy in the relationship between motivation to progress, competitive anxiety and sports performance in students participating in school sports Olympiads.

**Research methodology:** The statistical population in this research includes 320 students participating in school sports Olympiads in Bakhtegan city. Nafer was in 2023. Sampling was based on the available sampling method. In this way, 175 students were selected from among the students participating in sports Olympiads of schools in Bakhtegan city, based on the sample determination table of Gorjesi and Morgan (1970). Then the sample people completed the questionnaire used in the current research.

**Findings:** the results showed that there is a significant relationship between the progress motivation variable and sports performance. There is a significant negative relationship between competitive anxiety variable and sports performance. There is a significant positive relationship between the progress motivation variable and self-efficacy. There is a significant negative relationship between competitive anxiety and automaticity. There is a significant positive relationship between self-efficacy and sports performance. The self-efficacy variable as a mediating role had a positive relationship with the sports performance variable, so that this variable showed a stronger role in increasing the students' sports performance than the independent variables of progress motivation and competitive anxiety..

**Conclusion:** It can be concluded that self-efficacy can play a mediating role in the positive relationship between achievement motivation and sports performance. While the negative relationship between competitive anxiety and sports performance is affected.

**Keywords:** Self-efficacy, Achivement Motivation, Competitive Anxiety, Sports Performance, Sports Olympiads.

---

<sup>1</sup> Teaccher of Physical Education and Technology Expert of Bakhtegan City Department of Education, Hmirzaie180@gmail.com