



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
كلية بلاد الرافدين الجامعة
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

المحاضرة العاشرة (خبرات النجاح والفشل ومستوى الطموح)

أ.م.د/ محمد إبراهيم محمد



خبرات النجاح والفشل

- تعد خبرات النجاح والفشل من الدوافع المهمة ذات الأهمية البالغة الأثر على المستوى الرياضي للاعبين على كافة مستوياتهم.
- ويجب التمييز بين الفوز الذي يحققه الرياضي في البطولات وخبرات النجاح الحقيقية الناتجة عن الفوز ، وبين الخسارة وخبرات الفشل.
- فقد يحصل اللاعب على ميدالية ذهب أثناء البطولة ولكن طموح اللاعب هو كسر الرقم القياسي للسباق .
- وبالتالي قد يشعر اللاعب بخبرة فشل اذ تعتمد خبرات النجاح على العلاقة بين المستوى الرياضي الذي يحققه الرياضي يوم السباق ومستوى طموحه اكثر من اعتمادها على الفوز والخسارة.



الآثار الإيجابية والسلبية لخبرات النجاح

➤ الآثار الايجابية :

الاحساس بالفرح

زيادة الدافعية

العمل الجدي

الثقة بالنفس

تحسين مستوى الطموح

➤ الآثار السلبية :

الغرور والتعجرف

وضع اهداف غير معقولة للنفس

الاستهتار بالخصم



الآثار الإيجابية والسلبية لخبرات الفشل

➤ الآثار الايجابية :

مساعدة الرياضي في تقييم مستواه بشكل صحيح
تجنب الغرور
العمل الجدي على تحسين المستوى
عدم الاستخفاف بالخصم

➤ الآثار السلبية :

الشعور بالملل
فقدان الثقة بالنفس
التكاسل وفقدان الدافعية



خلق خبرات النجاح وتلافي خبرات الفشل

- عدم تكليف اللاعبين بالواجبات التي تزيد او تقل بدرجة كبيرة عن قدراتهم ومستواهم
- مكافأة تحقيق الهدف واطلاع اللاعبين على ما قدموه من مستوى او لا بأول وان يقوم المدرب بالثناء على اللاعب الذي يتقدم مستواه.
- الاعداد الصحيح للاعبين لخلق خبرات نجاح حقيقي وتجنب خبرات الفشل .



خلق خبرات النجاح وتلافي خبرات الفشل

- التقويم الدقيق لنتائج الاداء وسلوك اللاعبين هو جزء مهم من العمل التربوي الذي يقع على كاهل المدرب الرياضي وهذه الطريقة تسمح بمعرفة اسباب الفوز وتلافي مسببات الهزيمة.
- عدم زيادة جرعة التدريب او على الاقل عدم بقائها ثابتة بالنسبة لبعض الافراد الذين يفقدون الثقة بأنفسهم من جراء هزائمهم المتكررة او بسبب عدم قدرتهم على التقدم بمستواهم.
- يجب على المدربين توجيه اهتمامهم الى حل المشكلات والمتاعب التي قد يصادفها اللاعبين خارج نطاق النشاط الرياضي حتى لا يتأثر مستواهم بهذه العوامل.

مستوى الطموح عند الرياضيين

- ان خبرات النجاح والفشل تعد من العوامل المهمة التي تؤثر في مستوى الطموح الذي يضعه الفرد لنفسه . وكذلك فان مستوى الطموح يعد من اهم العوامل التي تؤثر في شعور الرياضي بالنجاح والفشل في المباراة التي يخوضها.
- ان مستوى الطموح قد يؤثر سلبيا او ايجابيا على الرياضي ، ويأتي ذلك نتيجة للعلاقة بين مستوى الرياضي الحقيقي ومستوى طموحه .

○ فاذا كان مستوى الطموح مطابقا لمستوى الرياضي او اقل منه بقليل فان ذلك سيقترن ببعض المظاهر السلبية كعدم المبالاة او عدم بذل الجهد لتحسين المستوى.

○ وكذلك نجد ان مستوى الطموح الذي يضعه الفرد لنفسه بحيث يفوق قدراته الحقيقية بدرجة كبيرة سوف يقترن بمظاهر سلبية ايضا كالغرور وخبرات الفشل المتكررة التي سيواجه الرياضي بسبب عدم تمكنه من تحقيق الاهداف التي وضعها لنفسه.

■ ان كل هذه الحالات تدخل ضمن ما يسمى ب(مستوى الطموح السلبي) اما (مستوى الطموح الايجابي) فهو المستوى الذي يضعه الفرد لنفسه بحيث يكون اعلى من مستواه الحقيقي بشكل معقول .

■ ففي هذه الحالة سوف يبذل الرياضي قصارى جهده لتحقيق طموحاته او التوصل الى اهدافه مما يؤدي الى الاستمرار بتحسين المستوى

شُكْرًا لِحَسَنِ إِسْتِمَاعِكُمْ

وَفَقْتِي اللَّهَ وَإِيَّاكُمْ

نَسْأَلُكُمْ صَالِحِ الدَّعَاءِ

د/محمد إبراهيم