

بررسی اضطراب رقابتی ورزشکاران دختر رشته دو و میدانی در دهمین المپیاد ورزشی دانشگاه‌های علوم پزشکی

سعیده قرقچیان، سکینه ذاکری

نویسنده مسئول: دبیر تربیت بدنی، کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی گرایش مدیریت ورزشی، آموزش و پرورش استان یزد،

شهرستان یزد، دبیرستان دخترانه فاطمیه، متوسطه اول

۱- آموزگار ابتدایی، استان هرمزگان، دبستان شاهد

چکیده

امروزه در جوامعی که انتظارات بلندپروازانه‌ای از ورزشکاران دارند، رقابت ورزشی از اهمیت بخصوصی برخوردار است یکی از دلایل تأکید بر جنبه‌های روانی ورزشکاران این است که در سطوح بالای رقابت کلیه ورزشکاران از سطوح مهارتی و آمادگی جسمانی مطلوب برخوردارند و تنها تفاوت در میزان آمادگی روانی نهفته است. هدف از این پژوهش بررسی و مقایسه اضطراب حالتی رقابتی ورزشکاران دختر رشته دو و میدانی در دهمین المپیاد ورزشی دانشگاه‌های علوم پزشکی تابستان ۱۳۹۰ است. پژوهش حاضر از نوع توصیفی تحلیلی است که جامعه‌ی آماری این پژوهش را دانشجویان دختر شرکت کننده در ۱۱ ماده از رشته‌ی دو و میدانی تشکیل می‌دهند. آزمودنی‌های پژوهش شامل ۱۳۱ نفر بود که به صورت تصادفی از میان دانشجویان ورزشکار رشته‌ی دوومیدانی انتخاب شدند. در تجزیه و تحلیل نتایج، از نرم‌افزار SPSS و ۷.۱۶ استفاده شد که در آن از آزمون آنالیز واریانس (ANOVA)، آزمون تعقیبی (LSD)، استفاده گردید. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که بیشترین میانگین اضطراب رقابتی در دوازدهای سرعت مربوط به ۱۰۰ متر، در نیمه استقامت مربوط به ۸۰۰ متر و در پرش‌ها مربوط به پرش ارتفاع و همچنین در پرتاب‌ها مربوط به پرتاب وزنه می‌باشد و در کل بیشترین میانگین اضطراب رقابتی در رشته دو و میدانی مربوط به دوازدهای سرعت با میانگین $4/81 \pm 22/89$ و کمترین آن مربوط به پرتاب‌ها با میانگین $4/73 \pm 17/13$ مربوط است، و در کل میانگین اضطراب رقابتی دانشجویان شرکت کننده در دهمین المپیاد در مسابقات دو و میدانی $5/36 \pm 20/28$ بوده است. بحث و نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج پژوهش مبنی بر وجود بیشترین میزان اضطراب رقابتی در دوندگان سرعت به علت عوامل محدودیت زمان جبران، تک مرحله‌ای بودن مسابقه، ویژگی‌های شخصیتی لازم است که مربیان و مسئولین نسبت به کاهش اضطراب رقابتی تدابیری اندیشیده شود.

کلید واژه‌ها: اضطراب حالتی رقابتی، ورزشکاران دختر، المپیاد ورزشی، رشته دو و میدانی.

مقدمه:

امروزه در جوامعی که انتظارات بلندپروازانه‌ای از ورزشکاران دارند، رقابت ورزشی از اهمیت بخصوصی برخوردار است. در این نوع جوامع، رقابت‌های ورزشی تقاضاهای زیادی را در ورزشکاران رقابتی ایجاد می‌کند و اغلب اوقات نتایج رقابت‌های ورزشی در نتیجه تفاوت در ادراک و مهارت رقابت کنندگان مشخص می‌شود. این امر، استرس بالایی را در افراد شرکت کننده ایجاد می‌کند و این استرس معمولاً ناشی از اضطراب رقابتی ورزشکاران است (۴). هر چه رقابت مهم‌تر باشد، استرس بیشتر است و رقابت کننده مستعد اضطراب بیشتری خواهد بود (۳) یکی از دلایل تأکید بر جنبه‌های روانی ورزشکاران این است که در سطوح بالای رقابت کلیه ورزشکاران از