

الفصل الثالث : الدافعية

مفهوم الدافعية

اكتسبت دوافع السلوك البشري أهميتها في علم النفس نظراً لأنها تمثل الأسس العامة لعملية التعلم وطرائق التكيف مع العالم الخارجي والأسس الأولى للصحة النفسية ، وعلى مدى تنظيم هذه الدوافع وإشباعها يتوقف التنظيم العام للشخصية ، الأمر الذي جعل علماء النفس يوحّدون بين الشخصية ودوافع السلوك . ولكي يحدث السلوك لابد من وجود حافز أو دافع له ، والدافع أو الحافز هو أي عامل داخلي في الكائن الحي يدفعه إلى عمل معين ، والاستمرار في هذا العمل مدة معينة من الزمن حتى يشبع هذا الدافع ، فنحن نلاحظ إن الكائن الحي إذا جاع بحث عن الطعام ، فإذا عثر على طعامه ظل يأكل حتى يشبع ، فالشعور بالجوع دفع الكائن الحي إلى البحث عن الطعام ، كما إن هذا الحافز نفسه جعله يستمر في عملية الأكل حتى يشبع حاجته منه . ومعنى ذلك إن حاجات الكائن الحي ودوافعه هي نقطة البدء في السلوك

تعرف الدافعية Motivation عموماً على أنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الدينامية بين الفرد وبيئته تشتمل على العوامل والحالات المختلفة (الفطرية والمكتسبة ، والداخلية والخارجية ، والمتعلمة وغير المتعلمة ، والشعورية واللاشعورية ، وغيرها) التي تعمل على بدء وتوجيه وإستمرار السلوك حتى يتحقق هدف ما .

الدوافع والتحفيز والحاجات

إن تحفيز الطالب على تعلم مهارة معينة سيؤدي إلى تسهيل تعلم تلك المهارة من قبل الطالب ، وهناك دوافع عديدة منها جسمية ومنها نفسية واجتماعية يمكن استخدامها لتحفيز الطالب على التعلم .

إن عملية التحفيز هي الظاهرة التي بواسطتها تخلق حاجات عند الشخص تؤدي إلى قيامه بفاعليات مختلفة لسد تلك الحاجات ، وهذه الحاجات تنتج من جراء نقص في بعض العناصر الأساسية عند الإنسان وهذا النقص قد يكون جسمي أو نفسي أو اجتماعي فالأكل أو الشرب مثلاً هو مثال على حالة جسمية ،

حيث أن الشخص الجائع أو العطشان سيرغب بالتغلب على هذا النقص الجسمي . إن هذه الرغبة للحصول على الطعام أو الماء هي ما يسمى (دافع) فمن جراء حاجة جسمية في هذه الحالة ينتج دافع نفسي . فالتحفيز هو تنشيط الطالب وتهيئته للتعلم وتحقيق أهداف معينة قد تكون جسمية أو نفسية أو إجتماعية .

الدوافع هي المحركات لسلوك الفرد في المواقف المختلفة . لذا فإن فهم هذه الدوافع وكيفية استخدامها يساعدنا في ضبط السلوك والتحكم فيه . وهكذا فإن دراسة موضوع الدوافع تعد من الدراسات الأساسية لكل مربٍ يعمل مع الطلبة ، فعن طريق فهم دوافع الطلبة يستطيع المربي توجيه سلوكهم .

وبما أن النشاط الرياضي هو أحد أنواع السلوك الإنساني فهو إذن يتأثر بالدوافع المختلفة ومن هنا أتت أهمية دراسة الدوافع في الرياضة للارتقاء بالرياضي إلى أعلى المستويات .

هناك صعوبة في تحديد مفهوم الدوافع الإنسانية وفي تصنيف هذه الدوافع ، لكن المتفق عليه هو إن الدوافع هي قوى لا يمكن ملاحظتها بشكل مباشر بل يمكن استنتاجها من السلوك الصادر عنها .

فالدافع قد يكون حالة جسمية كالجوع والعطش أو حالة نفسية كالحاجة إلى الطمأنينة أو الحاجة إلى التعلم والمعرفة ،

وقد يكون حالة مؤقتة كالحاجة إلى طرد الفضلات من الجسم مثلاً أو حاجة دائمية كالحاجة إلى تحقيق الذات

وقد يكون الدافع فطرياً كدافع الجوع والعطش وقد يكون مكتسباً كدافع المواطنة والتضحية في سبيل الوطن ، وقد يكون شعورياً حيث يشعر الفرد بهدفه عند القيام بعمل معين وقد يكون لا شعورياً ، وقد يكون الدافع فردياً كالسعي لتحقيق الذات وقد يكون اجتماعياً كالسعي من أجل تحقيق المواطنة الصالحة .

التقسيمات أو التصنيفات السابقة تتداخل مع بعضها ، وعلى هذا الأساس فإن تصنيف الدوافع الأكثر وضوحاً والأكثر شمولاً يقسم الدوافع الى نوعين :

❖ الدوافع الأولية : الفطرية – الموروثة – الجسمية – الفسلجية

❖ الدوافع الثانوية : المكتسبة – النفسية – الاجتماعية

إن قوة الحاجات أو الدوافع سالفة الذكر تختلف من حالة الى أخرى ولكن على العموم يمكن القول أن الحاجات الأولية (الفطرية ، الموروثة ، الجسمية ،

الفسلجية) هي حاجات أساسية وأقوى من الحاجات الثانوية (المكتسبة ، النفسية ، الاجتماعية) في التأثير في تفكير وسلوك الشخص . فالشخص الذي يبقى بضعة أيام من دون طعام سينصب معظم تفكيره على كيفية الحصول على الطعام وتصبح الحاجات النفسية أو الاجتماعية حاجات ثانوية ، ولكن على الرغم من إن الحاجات الأولية هي أقوى من الحاجات الثانوية بصورة عامة ، نستطيع سرد أمثلة عديدة عن حاجات نفسية واجتماعية تطفى على الحاجات الجسمية وإن الأمثلة التاريخية العديدة عن التضحية والإيثار تشير إلى إن هناك حالات تطفى فيها الحاجات النفسية على الحاجات الجسمية .

لقد ذكرنا سابقاً العلاقة بين الحاجة والدافع وقلنا أن الحاجة تنتج من جراء نقص في بعض العناصر الأساسية عند الإنسان (جسمية أو نفسية) والدافع هو الرغبة في إعادة التوازن وسد النقص في هذه العناصر ، فالحاجة إذاً تؤدي إلى استثارة الدافع ، والدافع يؤدي إلى حالة توتر وعدم استقرار في الكائن الحي يؤديان إلى قيامه بنشاط معين ، أن كلاً من الحاجة والدافع يأتيان من داخل الكائن الحي ، واستثارة الحاجة والدافع تؤدي إلى البحث عن مشبع (يكون في البيئة عادة) يؤدي إلى إشباع الحاجة وتخفيض الدافع وإعادة التوازن إلى الكائن الحي .

الدافعية في الرياضة

إحتل موضوع الدافعية في الرياضة مكانة متقدمة في مجالات الدراسة والبحث سواء في مجال سيكولوجية المنافسات أو علم نفس الرياضة ، فموضوع الدافعية يعد من بين أهم الموضوعات التي تهتم المدرب الرياضي إذ يهمله أن يعرف لماذا يُقبل بعض اللاعبين على ممارسة النشاط الرياضي في حين يكتفي البعض الآخر بالمشاهدة ؟ أو لماذا يمارس بعض اللاعبين ألعاب أو أنشطة رياضية معينة دون سواها من الأنشطة الرياضية الأخرى ؟ كما يهمله أن يتفهم لماذا يستمر البعض في ممارسة النشاط الرياضي والمواظبة على التدريب ومحاولة الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية في حين ينصرف البعض الآخر عن الممارسة وينسحبون منها في منتصف الطريق ؟ وما أهمية الحوافز أو البواعث أو المثيرات التي يمكن أن تحفز اللاعب للوصول إلى أعلى المستويات

الرياضية وهم بذلك كله يتساءلون عن الدافعية وأهميتها وطرائق استثمارها عملياً في عملهم التربوي الرياضي .

هناك قول مأثور في التراث الغربي يقول (يمكنك أن تقود الحصان إلى النهر ولكنك لا تستطيع أن تجبره على الشرب) لأنه سيشرّب من تلقاء نفسه عندما يكون في حاجة إلى الماء أي عندما تكون لديه الدافعية للشرب ، وكذلك هو الحال في الرياضة فإنه يمكنك ان تقود اللاعب الى الملعب للاشتراك في منافسة رياضية معينة ولكنك لا تستطيع أن تجبره على الإجابة وبذل أقصى جهد لأنه سيقوم بأداء ذلك من تلقاء نفسه عندما تتوفر لديه الدافعية لذلك .

أنواع الدافعية

الدوافع الداخلية مقابل الدوافع الخارجية

يتفق أغلب الباحثين في علم النفس الرياضي على وجود وجهين للدوافع في مجال الرياضة هما : (الدوافع الداخلية) و (الدوافع الخارجية) وكالاتي :

- الدوافع الداخلية :- الدافعية الداخلية (Intrinsic Motivation) في مجال الرياضة هي الحالات الداخلية المتأية من داخل اللاعب نفسه والتي تدعى ذاتية الإثابة والتي تشبعها ممارسته للعبة كهدف في حد ذاته من منطلق الرغبة في الشعور بالاقتدار أو الرضا والسرور والمتعة الناتجة عن ممارسة الرياضة ، والشعور بالارتياح كنتيجة للتكيف مع التدريبات البدنية والقدرة على تجاوزها بنجاح خصوصاً تلك التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة ، أو بسبب المتعة الجمالية الناجمة من رشاقة وتناسق الأداء الحركي الذاتي للاعب ، وكذلك الإثارة والتحدي في مواجهة بعض العقبات أو الصعاب المرتبطة بالأداء . فكل الدافعية الداخلية تشير إلى إن إشتراك اللاعب في ممارسة أية لعبة رياضية أو أداءه فيها ما هو الإقيمة في حد ذاته (أي هو الهدف الأساس) .
- الدوافع الخارجية :- أما الدافعية الخارجية (External Motivation) في مجال الرياضة فهي الحالات الخارجية التي لا تنبع من داخل اللاعب نفسه وإنما تأتي من خارجه (من أشخاص آخرين) وتتم عن طريق التدعيم الإيجابي

أو السلبي وتدعى خارجية الإثابة والتي تثير وتوجه السلوك نحو ممارسة الرياضة . فالمدرّب أو الإداري الرياضي أو الوالدين أو الأصدقاء يمكن اعتبارهم بمثابة مصادر للدافعية الخارجية للاعب . وتكون صورة الدافعية الخارجية متمثلة بالمكاسب المادية والمعنوية كالحصول على مكافآت أو جوائز أو الحصول على التّدعيم أو التشجيع الخارجي .

وبناءً على ما ورد فالدافعية هي محصلة العوامل الداخلية (الشخصية) والعوامل الخارجية (الموقفية) ، وعلى العموم فالتركيز دائماً يكون على أهمية الدوافع الداخلية أو ذاتية الإثابة للاعبين في مقابل الدوافع خارجية الإثابة ، ويرجع سبب ذلك إلى إن الدوافع خارجية الإثابة قد تفيد في إستمالة الفرد إلى ممارسة الرياضة ، أو تطوير الأداء لفترة معينة ، ولكن لا تضمن إستمراره في ممارسة لعبة معينة وتحقيق التفوق فيها . فالدوافع ذات الإثابة الخارجية تفقد قوة تدعيمها أسرع من الدوافع ذات الإثابة الداخلية ، لأن الجوائز والمكافآت تدعم النجاح لفترات وجيزة ، ولكن الهدف الأساسي هو التّدعيم المستمر لممارسة اللعبة كتحقيق المتعة والرضا من الممارسة لذاتها وهو ما تجسده الدوافع الداخلية الإثابة .

ولكن يمكننا إستخدام الدوافع خارجية الإثابة في تكوين الدوافع الداخلية (ذاتية) الإثابة ويكون ذلك عندما تقدّم مصادر الدافعية خارجية الإثابة للاعبين من خلال المكافآت والجوائز كنوع من تدعيم كفاءة الأداء الذي قام به اللاعبون بصرف النظر عن النتائج المتحصلة من ذلك الأداء ، أو عندما تقدّم مصادر الدافعية خارجية الإثابة المذكورة لكسب ميل الناشئين نحو ممارسة كرة القدم مثلاً ممن لم يكن لديهم دوافع ذاتية الإثابة لذلك ، ثم نعمل على تقليل الاعتماد على الدوافع الخارجية في مقابل زيادة وتنشيط الدوافع الذاتية للفرد نفسه .

في ضوء ما سبق يمكن أن نستنتج إن العلاقة بين مصدرى الدافعية الخارجية والداخلية الإثابة علاقة وثيقة ، وهما وجهين لعملة واحدة وإن الدافع خارجي الإثابة لا يعطي ثماره دون وجود الدافع داخلي الإثابة ، والدافع الداخلي هذا هو الذي يضمن الاستمرار في الممارسة لأطول مدة ممكنة ، وهنا يأتي دور المدرّب في بناء وتنمية هذا الدافع والمحافظة عليه لأطول مدة زمنية ممكنة .

الدوافع الفردية مقابل الدوافع الاجتماعية

ان الدوافع الفردية توجه غالباً نحو إشباع الحاجات الحيوية أو الشخصية مثل الرغبة في الحركة أو حماية النفس ... ، اما الدوافع الاجتماعية فهي الدوافع ذات الصفة الاجتماعية التي توجه نحو إشباع الحاجات التي تنشأ من التعامل مع البيئة .

وندرج فيما يأتي بعض الأمثلة للدوافع الفردية :

❖ دافع الحركة : ان الحاجة الى الحركة تحتل غالباً مركز الصدارة عند الاطفال . لذلك يتحتم على المربي استغلال هذه الظاهرة في العمل التربوي ، فالأطفال يريدون ان يتحركوا تعويضاً عن الوقت الهادئ الطويل الذي يقضونه داخل قاعات الدراسة . فالحركة تولد لهم الفرح والسعادة وتحدو بالكثير منهم الالتحاق بالفرق الرياضية خارج وقت المدرسة ، وواجب المعلم او المدرس هنا هو ان يستثمر هذه الحاجات الطبيعية ويكملها بحاجات أخرى ذات تأثير على التلميذ عندما تتضاءل الحاجة الى الحركة في السنوات اللاحقة .

❖ دافع حب الاستطلاع وحب المغامرة : ان لدى الإنسان رغبة في إكتشاف كل شيء غير معروف بالنسبة له وهذا يدفعه الى حب المغامرة في إكتشاف كل ما هو جديد والقيام به ، إن السباقات والمنافسات والسفريات الطويلة والقصيرة تقدم امكانات متعددة للمربي من أجل أن يلبي هذه الحاجة للتلميذ بشكل واع وبشكل تربوي ، ويجب ان نؤكد هنا عدم المبالغة في التأكيد الأحادي الجانب على هذه الحاجة ، إذ إن ذلك قد يقودنا إلى نتائج سلبية لا تلائم أهدافنا التربوية وقد تقود التلميذ إلى التهور .

❖ دافع المتعة والسرور : إن التلميذ يرتاح ويكون مسروراً عند قيامه بحركات جميلة كحركات الجمباز مثلاً أو القفز إلى الماء أو حركات كرة القدم أو كرة السلة ... الخ . فالتلميذ يشعر بنوع من المتعة والارتياح عندما يتقن الحركات في هذه الألعاب وتبرز هذه الحاجة عند الاناث مثلها عند الذكور وهي من الحاجات الرئيسة عند الذكور .

❖ دافع تحقيق الذات : كثير من التلاميذ يسعون لتحقيق ذاتهم عن طريق النشاط الرياضي ، فالأفراد يميلون إلى التفوق على الآخرين وتحقيق الأهداف التي يعجز الآخرون عن تحقيقها ، ويمكن أن تُشبع هذه الحاجة بتحقيق التفوق الرياضي .

❖ دافع الثقة بالنفس ورفع القيمة الذاتية : ابتداءً من سن المرحلة المتوسطة للتلميذ يكون لهذا الدافع دور مهم في تنظيم السلوك ، فالتلميذ يسعى في هذه المرحلة إلى تقوية الثقة بالنفس والتغلب على النواقص والضعف في الشخصية ، فضلاً عن حاجة التلميذ لإبراز أهليته في هذه المرحلة فإنه يريد الحصول على مرتبة عالية ضمن أقرانه ويبدل جهده بهدف رفع قيمته الذاتية .

❖ دافع الشهرة وإبراز الأهلية : يعد هذا الدافع من الدوافع المهمة في كل المراحل الدراسية وبشكل خاص في المراحل المتوسطة والثانوية والجامعة فالرياضي يسعى إلى تحقيق مركز مهم بين أقرانه ويستهدف الاهتمام والتصفيق وإعتراف الآخرين بإمكاناته وهذا يؤدي إلى تعزيز الثقة بالنفس وارتفاع مستوى الأداء وزيادة الاستعداد لبذل الجهد ، وهنا يجب التحذير من المبالغة في التأكيد على هذا الدافع حيث إن المبالغة في التأكيد عليه قد تؤدي إلى الغرور والكبرياء وما يقترن بهذه الصفات من سلوك سلبي يؤدي بالرياضي إلى إهمال التدريب والتكؤ في بذل الجهد وانخفاض المستوى فيما بعد .

❖ دافع الإنجاز : إن دافع الإنجاز لا يقل أهمية عن دافع الشهرة ، فالتلميذ أو الرياضي يود أن يحقق إنجازات عالية في كل الميادين ويجب توجيه هذا الدافع لتحقيق إنجازات عالية في النشاط الرياضي ، فمن الطبيعي أن يرغب الإنسان أن يكون سريعاً في الركض وبارعاً في الألعاب ويمكن أن توجه هذه الرغبة وهذا الدافع لتحقيق هذه الأهداف .

❖ دافع الصلة الإجتماعية : إن السعي من أجل الصلة الاجتماعية هو دافع من دوافع النشاط الرياضي ، فالتلميذ كفرد يبحث عن صلة إجتماعية تربطه بالناس خاصة من المرحلة العمرية نفسها أو من المرحلة الدراسية نفسها أو من الفريق الرياضي نفسه ، وإن سلوك الآخرين يثير اهتمام التلميذ ويمكن أن يستخدم هذا الاهتمام في توجيهه لممارسة النشاط الرياضي عن طريق حضور المهرجانات الرياضية أو المشاركة فيها أو عن طريق التدريب مع فريق رياضي خارج أوقات المدرسة .

أما الدوافع الاجتماعية فتتبع عن مجموعة واسعة من الحاجات التي توضح ارتباط الفرد بالآخرين أو مسؤوليته تجاههم كارتباطه بالوالدين أو زملاء الصف والمدرسة أو المجتمع والدولة ... الخ .

ومن هذه الدوافع :

❖ الدافع الأخلاقي الإجتماعي : عندما يقول الرياضي (لا أستطيع أن أخيب أمل مدربي) أو يقول (عليّ أن أبذل قصارى جهدي ليحصل فريق مدرستي على المرتبة الأولى) فإن ذلك يؤشر دافعاً أخلاقياً إجتماعياً نحو المدرب ونحو المدرسة .

❖ الدافع التربوي : إن هذا الدافع موجه نحو تلبية القيم التربوية في المجتمع ، فالتلميذ الذي يشعر بمسؤولية تربوية تجاه زملائه يسعى إلى إتباع سلوك يقتدى به .

❖ دافع الشعور بالمواطنة : إن هذا الدافع يجعل الرياضي يشعر بالتزامه تجاه دولته ووطنه اللذين أعطياه الكثير وهذا يدفعه إلى بذل الجهد لتمثيل بلده بالشكل الذي يستحقه ، ومن الطبيعي أن لا نتوقع من التلميذ في سن المرحلة الابتدائية أو حتى المتوسطة في بعض الأحيان أن يحمل مثل هذا الدافع أو هذا التفكير لكن علينا كمربين أن ندرك ما علينا من واجب تربوي مهم في توسيع مدارك التلميذ بهذا الإتجاه متدرجين بما هو بسيط إلى ما هو معقد وبذلك نربي وعيه بعلاقاته بالمجتمع أولاً كالمدرسة أو الفريق أو النادي الخ .

❖ دافع التكامل النفسي والبدني : إن هذا الدافع يتكون لدى الطلبة الكبار ذوي المواقف السياسية الواعية والقناعات الثابتة بصفته حافزاً للنشاط الرياضي .

ومن الجدير بالذكر أن هنالك تداخلاً في هذه الدوافع المختلفة الفردية منها والاجتماعية وهي تتأثر بعمر التلميذ وخبراته ودرجة وعيه وإحتكاكه بالعوامل البيئية المختلفة ، فنرى مثلاً أن دافع المتعة والسرور قوي لدى التلاميذ صغار السن وكذلك دافع الحركة وغيرها ويمكن أن تستمر هذه الدوافع إلى مراحل سنوية أكبر لكنها تفقد مراكزها المسيطرة في تركيب الدوافع لصالح دوافع إجتماعية أقوى ، أو إنها ترتبط مع أشكال أخرى من الدوافع الأعلى ، وعملية التطور هذه يجب أن لا تترك للصدفة حيث إن التأثيرات القائمة على الصدفة التي لا تراقب وتوجه قد تؤدي بسهولة الى ظواهر سلبية .

أغراض التحفيز

وقد احتل موضوع الدافعية في الرياضة مكانة متقدمة في مجالات الدراسة والبحث سواء في مجال سيكولوجية المنافسات أو علم النفس الرياضي والدافعية هي مفتاح الممارسة الرياضية على مختلف مستوياتها ، كما إنها المتغير الأكثر أهمية الذي يحرك سلوك الرياضي لتحقيق الإنجازات الرياضية الدولية والعالمية . فالدافعية تؤدي دوراً مهماً وبارزاً في تحديد مستوى أداء الرياضي للمهارات الحركية المختلفة ، كما تبين لنا لماذا يسلك الرياضي سلوكاً معيناً ، وهي تتحكم بسلوكيات ومسؤوليات عديدة في مجال الرياضة .

الغرض الأساس من التحفيز هو تحسين الإنجاز لذا يجب أن ندفع وبشكل كبير جداً كل العمليات لخدمة هذا الجانب ومع ذلك تبرز لدينا أغراضاً قد يصنفها

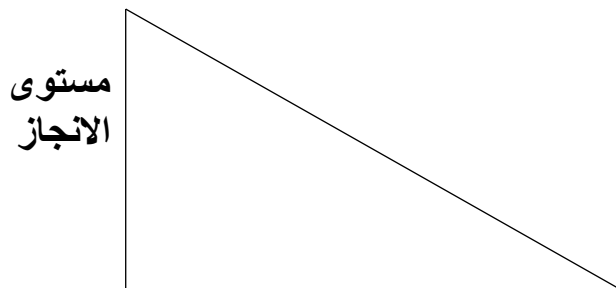
البعض إلى أنها ضمنية إلا أنها أساسية في واقع الأمر وعلى الرغم من إن غرض التحفيز الأساسي هو تحسين مستوى الإنجاز إلا إن أغراض التحفيز تتعدى ذلك لتشتمل على أربعة أغراض هي :

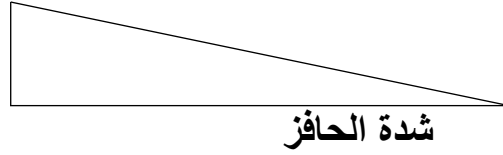
- ❖ إختيار وتفضيل فعالية دون أخرى .
- ❖ الثبات في التدريب على الفعالية .
- ❖ زيادة الجهد أثناء التدريب وأثناء السباقات .
- ❖ تحسين الإنجاز .

تفسير الدوافع

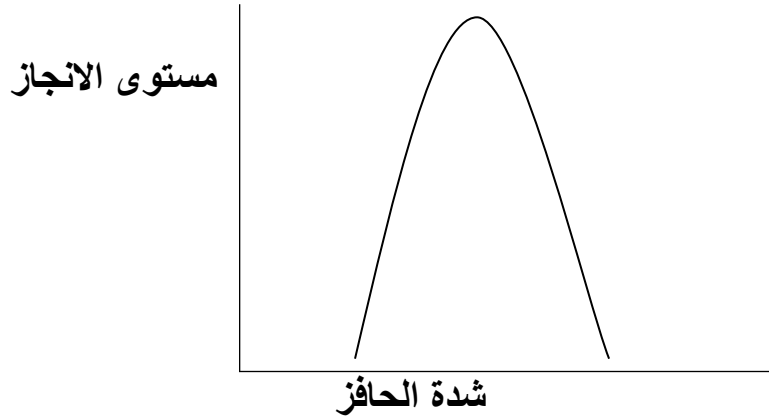
من البديهيات المعروفة في مجال التعلم هي أن مستوى الإنجاز للفرد في أية مهارة قد لا يعكس بالضرورة درجة تعلم ذلك الفرد لتلك المهارة ، إذ إن درجة التعلم تساوي مستوى الإنجاز عند توفر الحوافز المناسبة والشروط الجسمية المناسبة ، لذا فإن درجة التعلم هي أكثر ثباتاً من مستوى الإنجاز الذي يتذبذب متأثراً بالحوافز ، فالمفهوم النظري يصف الإنجاز في أي وقت على أنه يتأثر بحضور الحافز ، وهناك أكثر من نظرية تشرح العلاقة بين الحافز ومستوى الإنجاز ومن أهم هذه النظريات : نظرية الدافع (Drive Theory) ونظرية حرف U المقلوب (Inverted U Theory) .

إن هاتين النظريتين تكمل إحداها الأخرى ، فنظرية الدافع تشرح العلاقة بين شدة الحافز ومستوى الإنجاز في الفعاليات البسيطة التي تتطلب القوة والسرعة والمطاولة ، أما نظرية حرف U المقلوب فهي تشرح العلاقة بين شدة الحافز ومستوى الإنجاز في معظم الفعاليات الرياضية التي تتطلب الدقة وحسن توزيع الجهد والتنفيذ الخططي الدقيق .





شكل (1) لنظرية الدافع
العلاقة بين شدة الحافز ومستوى الانجاز حسب نظرية الدافع



شكل (2) لنظرية حرف U المقلوب
العلاقة بين شدة الحافز ومستوى الانجاز حسب نظرية حرف U المقلوب
تشكيل الدوافع وتطويرها

إن النشاط الإنساني يستند إلى دوافع مختلفة الأنواع ، وعادة توجد عدة دوافع تعمل في الوقت نفسه لتحديد نشاط الفرد وسلوكه وبهذا الخصوص يجب ملاحظة ما يأتي :

1- عندما تؤثر عدة دوافع في تحقيق نشاط معين يجب أن لا يفهم ان هذه الدوافع متجانسة القيمة في تأثيرها على الفعالية أو النشاط ، وفي هذه الحالة علينا أن نميز بين الدوافع المسيطرة (المركزية) والدوافع الجانبية (الفرعية) ، فلعل دافع البطل في رياضة الجمباز هو سد حاجته في التفوق على الآخرين (دافع مسيطر أو مركزي) وفي الوقت نفسه هناك دافع (جانبي أو فرعي) يدفعه لممارسة هذا الضرب من النشاط كإرضاء الوالدين مثلاً .

2- يمكن أن تكون الدوافع ذات طابع دائمى أو وقتي ، فلعل طالباً يبتعد عن ممارسة النشاط الرياضي لأنه يعدّ نفسه غير موهوب في الرياضة (دافع دائمى نسبياً) أو إنه لا يمارس النشاط الرياضي لأنه قد تنازع مع زميله في الفريق أو إن المدرب قد أثبه في اليوم السابق (دافع وقتي) .

3- الدوافع والرغبات الرياضية لا تنشأ بصورة تلقائية وإنما تكون بالتعامل مع البيئة ، والانجذاب نحو النشاط الرياضي يتم عفويًا أحياناً ويوجه من قبل المربي أحياناً أخرى ، فعلى مدرس التربية الرياضية أن ينتبه لتوجيه الميل العفوي القائم بمحض الصدفة وتكاملته بالتأثير الهادف المنظم كما عليه أن يبعد التأثيرات السلبية أو أن يخفف من حدتها على أقل احتمال .

ومن البديهي أن المرء لا يمكن أن يهتم بشيء لا يعرفه ، وهذا ينطبق على النشاط الرياضي ، فكيف يمكن أن نتوقع إهتمام التلميذ بلعبة الهوكي إذا كان لا يعرف شيئاً عن هذه اللعبة ؟ لذا يجب على مدرس التربية الرياضية تزويد التلميذ بالمعلومات الكافية عن الرياضة وأنواعها . وعلينا هنا إدراك الآتي :

❖ إن حضور المهرجانات الرياضية ومشاهدة المباريات المحلية والخارجية هي الأخرى تولد خبرة مباشرة لتطوير دوافع الاهتمامات الرياضية .

❖ إن الرغبات الرياضية تنشأ وتتوحد في النشاط ، وعلينا أن نمنح الأطفال والشباب فرصة لممارسة النشاطات الرياضية .

❖ يمكن تطوير الرغبات الرياضية عن طريق ربط هذه الرغبات برغبات أخرى موجودة أصلاً عند التلاميذ كالرغبة في مشاهدة الأفلام أو الرغبة بالموسيقى أو الرغبة بالسفر الخ .

❖ إن الأطفال والشباب يميلون إلى مشاهدة (القدوة) فإذا كان القدوة رياضياً أو متحمساً للرياضة فعندئذ يبدى التلميذ نفسه إهتماماً بالرياضة والنشاط الرياضي .

❖ هناك علاقة إرتباط إيجابية في رغبة الوالدين بالرياضة وبين رغبة أبنائهم ، ومن الجدير بالذكر ان للأمم الرياضيات تأثيراً أكثر من الآباء الرياضيين في تطوير الاهتمام بالرياضة لدى الأطفال .

❖ يمكن أن يكون للمربين والأقارب والأصدقاء وزملاء الصف والمدرسة والمسنيين تأثير إيجابي أيضاً على تطوير الاهتمام بالرياضة لدى الأطفال .

❖ إن كثيراً من الرغبات الرياضية تتطور في درس التربية الرياضية عندما يفهم المربي كيفية توجيه الدرس بشكلٍ مثير ، وكثيراً ما يأخذ على عاتقه وظيفة القدوة أمام تلاميذه .

❖ يمكن أن ينشأ عند الطالب إهتمام بالنشاط الرياضي عن طريق توفير خبرات النجاح للطلبة الضعاف في هذا المجال .

❖ إن الحديث الموضوعي واستخدام لغة الإقناع هو أسلوب آخر من أساليب تكوين الدوافع والرغبات الرياضية .

❖ إن الموقف الإيجابي من الرياضة يشكل عاملاً مفيداً في طريق تكوين الدوافع والرغبات الرياضية ، لذا من واجب المربين التأثير على مواقف التلاميذ بحيث يقفون إزاء كل القيم الاجتماعية ومنها الرياضة بشكل إيجابي ومتفتح ، وكثيراً ما يتوجب القضاء على المواقف السلبية قبل التمكن من تكوين مواقف إيجابية جديدة نحو ممارسة الرياضة ، فواجب مدرس التربية الرياضية إذاً هو معرفة مواقف تلاميذه إزاء التربية الرياضية وتقديم المعلومات حول الفوائد الجسمية والنفسية والاجتماعية للنشاط الرياضي كأساس لتكوين موقف إيجابي نحو هذا النشاط الحيوي .